

سلسلة  
دراسات نفسية إسلامية  
( ٨ )

وَنَفْسٍ .. وَمَا سَوَّاهَا

اعداد  
الدكتور سيد عبد الحميد مرسى

الناشر  
مكتبة وهبة  
١٤ شارع الجمهورية - عابدين  
ت : ٣٩١٧٤٧٠ القاهرة

الطبعة الأولى

1992 - 1512

جميع الحقوق محفوظة

دار التوفيق للنشر والتوزيع  
 طبع ١٩٥٣-٤  
 السنة ١٣٧٢ هـ / ١٩٥٣ م - جوارها مع الدعا

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ ونفس وما سواها . فآلهما فجورها وتقواها ﴾ .

( صدق الله العظيم )





## بسم الله الرحمن الرحيم

### مقدمة

قال تعالى :

« هل أتى على الإنسان حين من الدهر لم يكن شيئا مذكورا .  
إنا خلقنا الإنسان من نطفة أمشاج نبتليه فجعلناه سميعا  
بصيرا . إنا هديناه السبيل إما شاكرا وإما كفورا » .  
( الإنسان : ١ - ٣ )

فالإنسان يسأل نفسه : ألا يعرف أنه أتى عليه حين من الدهر  
لم يكن شيئا مذكورا ؟ ثم ألا يتدبر هذه الحقيقة ويستبصرها ؟ ثم  
ألا يحرك تدبرها واستبصارها في نفسه شيئا من الشعور باليد  
التي دفعتة الى دنيا الله .. الى مسرح الحياة وسلطت عليه النور ،  
وجعلته شيئا مذكورا ؟ انها احياءات كثيرة تنبض من وراء صيغة  
الاستنهام في هذا المقام ، وهي احياءات عميقة تثير في النفس تأملات  
شتى ..

فواحدة منها تتجه بالنفس الى ما قبل خلق الإنسان ووجوده .  
يعيش فيها مع هذا الكون وقد خلا من الإنسان . كيف تراه  
كأن ؟ والإنسان مخلوق مغرور في نفسه وفي قيمته ، حتى لينسى  
أن هذا الكون كان موجودا قبل أن يوجد هو بأزمة طويلة . حتى  
انبثق هذا الخلق من ارادة الله فكان ! ..

وواحدة منها تتجه الى اللحظة التي انبثق فيها هذا الوجود  
الإنساني ، وتمضي في تصورات شتى لهذه اللحظة التي لم يكن  
يعلمها الا الخالق سبحانه ، والتي أضافت الى الكون هذه الخليفة

الجديدة ، المقدر أمرها في حساب الله قبل أن تكون ، والمحسوب دورها في خط هذا الكون الطويل •

وواحدة منها تتجه الى تأمل يد القدرة وهي تدفع بهذا الكائن الجديد على مسرح الوجود وتعد له دوره ، وتربط خيوط حياته بمحور الوجود كله ، وتهيء له الظروف التي تجعل بقاءه وأداء دوره ممكنا وميسورا ، وتتابعه بعد ذلك في كل خطوة يخطوها ، ومعها الخيط الذي تشده بها اليها مع سائر خيوط هذا الكون الكبير •

وايحاءات كثيرة وتأملات شتى ، يطلقها هذا النص في الضمير •• ينتهي منها القلب الى الشعور بالقصد والغاية والتقدير ، وفي المنشأ وفي الرحلة الى المصير •

أما امتداد هذا الانسان وبقاؤه بعد ذلك •• فلقد خلقته يد القدرة هكذا من نقطة أمشاج ، أى أخلط من خلية الذكر وبويضة الأنثى ، لا عبثا ولا جزافا ، وانما خلق ليتلى ويمتحن ويختبر ، والله سبحانه وتعالى يعلم ما هو ؟ وما اختباره ؟ وما ثمرة هذا الاختبار ؟ والمراد أن يظهر ذلك على مسرح الوجود ، وأن تترتب عليه آثار المقدرة في كيان الوجود ، وأن تتبعه آثار المقدرة ، ويجزى وفق ما يظهر من نتائج ابتلائه •

ومن ثم جعله سميعا بصيرا •• أى زوده بوسائل « الإدراك » ، ليستطيع التلقى والاستجابة ، وليدرك الأشياء والقيم ويحكم عليها ويختار ، ويجتاز الابتلاء وفق ما يختار •• وأذن فإن إرادة الله في امتداد هذا الجنس وتكرر أفراده بالوسيلة التي قدرها ، وهي خلقته من نقطة أمشاج •• كانت وراءها حكمة •• كان وراءها ابتلاء هذا الكائن واختباره •• ومن ثم وهب الاستعداد « للتلقى والاستجابة » ، و « المعرفة » ، و « الاختيار » •• وكان كل شيء في خلقه وتزويده بالمدارك وابتلائه في الحياة •• بمقدار •

ثم زوده الى جانب المعرفة « بالقدرة على اختيار الطريق » ،  
وبين له الطريق ومعالمه ، ثم تركه ليختاره ، أو ليضل ويشرد فيما  
وراءه من طريق لا تؤدي الى الله « الخير والشر » .

﴿ انا هديناه السبيل اما شاكرنا واما كفورا ﴾ .

وعبر عن الهدى بالشكر ، لأن الشكر أقرب خاطر يرد على قلب  
المهتدى ، بعد اذ يعلم أنه لم يكن شيئاً مذكوراً ، فأراد ربه أن يكون  
شيئاً مذكوراً .. فوهب له السمع والبصر ، وزوده بالقدرة على  
المعرفة ، ثم هداه السبيل ، وتركه يختار .. فالشكر هو خاطر الأول  
الذى يرد على القلب المؤمن فى هذه المناسبة ، فاذا لم يشكر فهو الكفور .  
﴿ انا هديناه السبيل ﴾ .. أى بيناه ووضحناه وبصرناه به ، كقونه  
جل جلاله : ﴿ وهديناه النجدين ﴾ (١) أى بينا له طريق الخير وطريق  
الشر ، فهو فى ذلك اما شقى واما سعيد . كما جاء فى الحديث  
الشريف : « كل مولود يولد على الفطرة حتى يعرب عنه لسانه  
اما شاكرا واما كفورا » (٢) .

وبعد ..

فمن هذا المنطلق انبثقت فكرة هذا الكتاب .. حيث ناقش  
الكاتب - فى خمسة فصول - النفس البشرية فى سوائها وانحرافها ..  
فاختص الفصل الأول بمناقشة مقومات النفس البشرية ، والشخصية  
الانسانية ، والانسان والمجتمع ، والسلوك الانسانى .

وناقش الفصل الثانى موضوع « النفس البشرية فى سوائها  
وانحرافها » .. فأوضح المفاهيم الأساسية للصحة النفسية ، ثم تعرض  
لموضوع « التوافق النفسى » بأبعاده المختلفة وعوامله ومطالبه فى شتى  
مراحل النمو ، وناقش « التوافق النفسى ودوافع السلوك » . ثم انتقل

(٢) رواه أحمد .

(١) البلد : ١٠ .

الى موضوع « الشخصية بين السواء والانحراف » .. فأورد جدولاً يوضح الطريقة المنظمة في القيم والحاجات ، وشرح التوتر الناشئ عن عدم اشباع الحاجة ، والصراع بين الدوافع ، والسيطرة على الدوافع ، وانحراف الدوافع ، مستشهداً بآيات القرآن الكريم . وناقش شتى الانفعالات كالخوف والغضب ، والحب بأنواعه المختلفة ، والفرح والكراهة ، والغيرة والحسد ، والحزن والندم ، والزهو والكبر ، مستشهداً بالقرآن الكريم والأحاديث النبوية الشريفة .

واختص الفصل الثالث « بمفهوم النفس السوية » .. فأوضح معنى الشخصية ، واختص « الشخصية السوية » بالمناقشة وأورد الآراء المختلفة بشأنها ، وأبرز مفهوم الشخصية السوية في القرآن الكريم كما أورد أنماطها في القرآن ، فناقش سمات « المؤمنين » ، و « الكافرين » ، و « المنافقين » ، ثم انتقل الى « الشخصية المستقلة » من حيث التوازن في الشخصية وأورد المبادئ الإسلامية في هذا الصدد وهي : العقيدة ، والعبادة ، والعلم ، والمال ، والعرض ، والصحة ، والعقل ، وحفظ الجسم والروح ، والقوة ، والمساواة ، والتشريع ، وتنمية المجتمع ، وأساس الحكم ومصادر التشريع .

وانفرد الفصل الرابع بمناقشة « مفهوم النفس المنحرفة » .. فتحدث عن مستوى الصحة النفسية للفرد حيث أبرز مظاهر الاضطرابات والأمراض النفسية التي تلخص في اضطرابات الإدراك ، واضطرابات التفكير ، واضطرابات الانتباه ، واضطرابات الانفعالات ، وانحرافات السلوك وشذوذه ، والأعراض الجسمية ، والأمراض السيكوسوماتية . واقتل الى شرح « تصنيف عام للاضطرابات والأمراض النفسية » ، حيث قسمت الى أربع فئات هي : الاضطرابات العصابية ( مثل الهستيريا ، والفوبيا ، والوسواس ، والحزاز ، وتوهم المرض ، والوهن النفسي ، والقلق العصابي ، والاكتئاب العصابي ، والعصاب الصدمي ، والعصاب الخلطي ) والأمراض الذهانية ( مثل

البرافويا ، والاكتئاب ، والهوس ، والفصام ، وخبل الشيخوخة ،  
والصرع ) والاضطرابات السيكوباتية ( تشمل المجرمين والمدمنين وجنون  
السرقة ، والانحراف الجنسى ، والأفاكين والنصاين ) ، والاضطرابات  
السيكوسوماتية ، ثم انتقل الى مناقشة أساليب التوافق غير السوى  
التي تتضمن : أساليب هجومية ، وأساليب انسحابية ، وأساليب  
استعطافية ، والقلق . واختتم الفصل بأن ذكر مظاهر سوء التوافق  
فى القرآن .

وفى الخاتمة ناقش الكاتب « التوجيه والارشاد والعلاج النفسى  
لتحقيق التوافق » . فأبرز الحاجة الى الخدمات النفسية ، وشرح مفهوم  
التوجيه والارشاد النفسى والأسس التى تقوم عليها ، كما ناقش مفهوم  
العلاج النفسى ، ثم أورد تصنيفا حديثا لنظريات الارشاد والعلاج  
النفسى حيث قسمت الى المداخل المعرفية ، ومداخل نظرية التعلم ،  
ومداخل التحليل النفسى ، ومداخل المدركات والظواهر الخارجية ،  
والمدخل الوجودى . واختتم المناقشة بإبراز جوانب العلاج النفسى فى  
القرآن من حيث : الايمان بعقيدة التوحيد ، والتقوى ، والعبادات ،  
والصبر ، والذكر ، والتوبة .

وبعد . . .

فهذه محاولة لايراز جوانب الشخصية فى سوائها وافجرافها تدعمها  
الآيات القرآنية والأحاديث النبوية . .

والله ولى التوفيق .

القاهرة : رمضان ١٤١١ هـ ( أبريل ١٩٩١ م ) .

د. سيد عبد الحميد مرسى

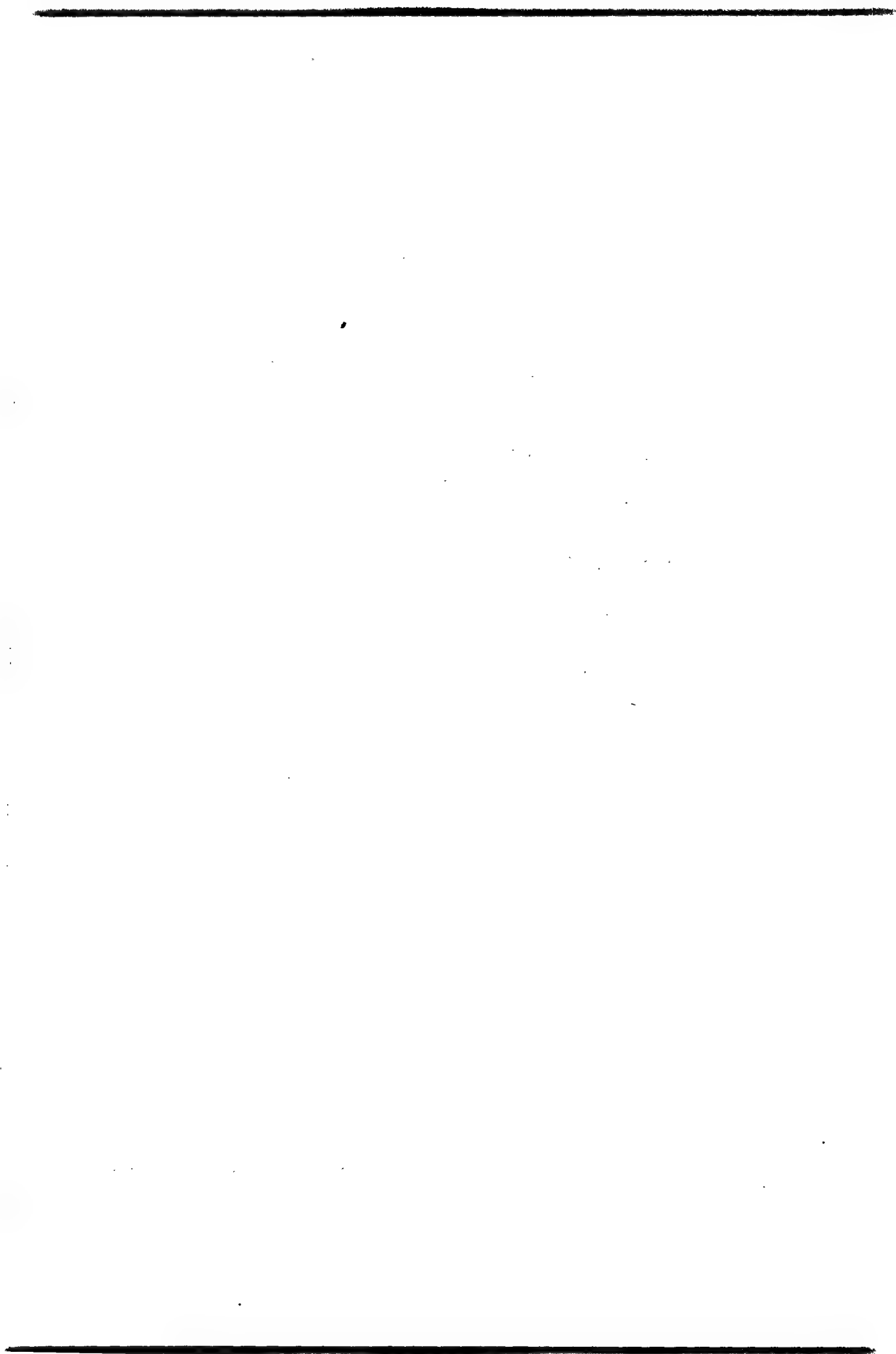
\* \*



## الفصل الأول

### مدخل إلى النفس البشرية

- مقومات النفس البشرية .
- الشخصية الانسانية .
- الشخصية الانسانية في القرآن .
- الانسان والمجتمع .
- السلوك الانساني .





## مدخل الى النفس البشرية

### ● مقدمة :

انسان القرن العشرين هو انسان القرآن ، ولعل مكانه في هذا القرن أوفق وأوثق من أمكنته في كثير من القرون الماضية ، لأن القرون الماضية لم تلجئ الانسان الى البحث عن مكانه في الوجود كله ، وعن مكانه بين الخلائق الحية على هذه الأرض ، وبين أبناء نوعه وأبناء الجماعة التي يعيش فيها من ذلك النوع ، وبين كل نسبة ظاهرة أو خفية ينتمي اليها .. كما ألجأ الى ذلك كله القرن العشرون ..

وقديما كان الحكماء يجعلون شعارهم في نصيحة الانسان :  
« اعرف نفسك » • وانها لنصيحة قد ترادف سؤالهم : من أنت ؟  
أو سؤالهم : ما اسمك ؟ غير أن الانسان اذا أجابه فانما يجيبه  
باسم « باطني » يعرفه بلامح وجداته وقسمات ضميره ، ولا يقف  
عند تعريفه بالاسم الذي يختار اعتسافا من بضعة حروف •

الا أن القرن العشرين جمع الأسئلة ، فلم يدع سؤالا عن نسبة  
من نسب الانسان لم يطلب جوابه ، على نذير بالهلاك لمن جمل  
الجواب ، وقد يكون هلاكا للجسد والروح ..

ما مكان الانسان من الكون كله ؟

ما مكانه من هذه السيارة الأرضية بين خلائقها الأحياء ؟

ما مكانه بين أبناء نوعه البشري ؟ وما مكانه بين كل جماعة من  
هذا النوع الواحد ، أو هذا النوع الذي يتألف من جملة أنواع  
يضمها عنوان أو لفظ « الانسان » ..

وهى أسئلة لا جواب لها فى غير « عقيدة دينية » تجمع للانسان صفوة عرفانه بدنياء وصفوة ايمانه بغييها المجهول .. تجمع له زبدة الثقة بعقله ، وزبدة الثقة بالحياة .. حياته وحياة سائر الأحياء والأكوان ..

ان القرن العشرين كان حقيقا أن يسمى بعصر « الأيديولوجية » أو عصر الحياة « على مبدأ وعقيدة » .. وليس أكثر من « المبادئ والعقائد » التى نسمع عنها فى هذا القرن ويسمونها « بالمذاهب والأيديولوجيات » ..

ولكن أجوبة القرن العشرين ، مهما يكن من شأنها ، فهى أجوبة العصر الذى يحل المشكلة الزمنية ولا يتحداها الى مشكلة الأبد : مشكلة ما مضى وما أتى من الدهر وما يأتى الى غير نهاية .. ولا جواب لهذه المشكلة غير العقيدة الدينية التى تؤمن بها الانسانية<sup>(١)</sup> . قال تعالى :  
﴿ هل اتى على الانسان حين من الدهر لم يكن شيئا مذكورا .  
انا خلقنا الانسان من نطفة امشاج نبتليه فجعلناه سميما بصيرا . انا هديناه السبيل اما شاكرا واما كفورا ﴾ .  
( الانسان : ١ - ٣ )

هذا الاستهلال انما هو للتقدير ، ولكن وروده فى هذه الصيغة كأنما ليسأل الانسان نفسه : ألا يعرف أنه أتى عليه حين من الدهر لم يكن شيئا مذكورا ؟ ثم ألا يتدبر هذه الحقيقة ويتملاها ؟ ثم ألا يفعل قدبرها فى نفسه شيئا من الشعور باليد التى دفعته الى مسرح الحياة وسلطت عليه النور ، وجعلته شيئا مذكورا ؟ .. انها ايعاءات كثيرة تنبض من وراء الاستفهام فى هذا المقام ، وهى ايعاءات عميقة تثير فى النفس تأملات شتى ..

(١) عباس محمود العقاد : الانسان فى القرآن ( بيروت : دار الكتاب العربى ، ١٩٦٩ ) ص ٨ - ١٠

فواحدة منها تتجه بالنفس الى ما قبل خلق الانسان ووجوده ابتداءً .. يعيش فيها مع هذا الكون وقد خلا من الانسان ، كيف تراه كان ؟ .. والانسان مخلوق مغرور في نفسه وفي قيمته ، حتى ينسى أن هذا الكون كان وعاش قبل أن يوجد هو بأزمان طوال .. ولعل هذا الكون لم يكن يتوقع خلق شيء يسمى « الانسان » .. حتى انبثق هذا الخلق من ارادة الله فكان !!

وواحدة منها تتجه الى اللحظة التي انبثق فيها هذا الوجود الانساني ، وتضرب في تصورات شتى لهذه اللحظة التي لم يكن يعلمها الا الله ، والتي أضافت الى الكون هذه الخليقة الجديدة ، المقدر أمرها في حساب الله قبل أن تكون ، والمحسوب دورها في خط هذا الكون الطويل ..

وواحدة منها تتجه الى تأمل يد القدرة وهي تدفع بهذا الكائن الجديد على مسرح الوجود وتعد لدوره ، وتعد له دوره ، وترتبط خيوط حياته بمحور الوجود كله ، وتهيء له الظروف التي تجعل بقاءه وأداء دوره ممكنا وميسورا ، وتتابعه في كل خطوة بعد ذلك ، ومعها الخيط الذي تشده به مع سائر خيوط هذا الكون الكبير .

وابحاث كثيرة وتأملات شتى ، يطلقها هذا النص في الضمير .. ينتهي منها القلب الى الشعور بالقصد والغاية والتقدير ، وفي المنشأ وفي الرحلة وفي المصير (١) .

ويذكر مختصر تفسير « ابن كثير » (٢) أن الله تعالى يقول مخبرا عن الانسان : أنه أوجده بعد أن لم يكن شيئا يذكر لحقارته وضعفه ، فيقال تعالى : « هل أتى على الانسان حين من الدهر لم يكن شيئا مذكورا » ، ثم أوضح ذلك فقال سبحانه : « انا خلقنا الانسان

(١) سيد قطب : في ظلال القرآن ( بيروت : دار الشروق ، ١٩٧٩ )

ج ٦ ص ٣٧٧٩ - ٣٧٨٠

(٢) محمد علي الصابوني : مختصر تفسير ابن كثير ، ج ٣ .

( بيروت : دار القرآن الكريم ، ١٣٩٣ هـ ) ، ص ٥٨٠ - ٥٨١

من نطفة أمشاج . . . أى أخلاط ، فالمشج والمشيح هو الشيء المختلط  
بعضه فى بعض ، والأمشاج هو اختلاط ماء الرجل بماء المرأة .  
وقوله تعالى : ﴿ نبتليه ﴾ أى نختبره ، ﴿ فجعلناه سميعا بصيرا ﴾  
أى جعلنا له سمعا وبصرا يتمكن بهما من الطاعة والمعصية .  
وقوله جل وعلا : ﴿ انا هديناه السبيل ﴾ أى أوضحناه وبصرناه به ،  
كقوله جل جلاله : ﴿ وهديناه النجدين ﴾ (١) أى بينا له طريق الخير  
وطريق الشر ، فهو فى تلك اما شقى واما سعيد ، كما جاء فى الحديث  
الشريف : « كل مولود يولد على الفطرة حتى يعرب عنه لسانه اما شاكرا  
واما كفورا » (٢) . وروى الامام أحمد ، عن أبى هريرة رضى الله عنه ،  
عن النبى صلى الله عليه وسلم أنه قال : « ما من خارج يخرج الا ببابه  
رايتان : راية بيد ملك ، وراية بيد شيطان ، فان خرج لما يحب الله  
أتبعه الملك برايته ، فلم يزل تحت راية الملك حتى يرجع الى بيته ، وان  
خرج لما يسخط الله أتبعه الشيطان برايته ، فلم يزل تحت راية الشيطان  
حتى يرجع الى بيته » (٣) .

\* \* \*

#### مقومات النفس البشرية

الانسان كائن فريد يتميز عن سائر الكائنات الحية بوجود  
« شخصية » له يشعر بها ويدرك أبعادها . . . فهو الى جانب تكوينه  
المادى العضوى لديه قدرات عقلية وميول روحية ومشاعر وانفعالات  
وعواطف . وكل ذلك فى جسم دقيق معقد معجز ، فتبارك الله أحسن  
الخالقين . فى ضوء ما تقدم من حقائق علمية فى مجال الدراسات  
التشريعية والنفسية نستطيع أن ندرك بوضوح بعض ما تضمنته الآية  
القرآنية الكريمة :

(٢) أخرجه الامام أحمد .

(١) البلد : ١٠

(٣) أخرجه الامام أحمد .

﴿ اذ قال ربك للملائكة انى خالق بشرا من طين . فاذا  
سويته ونفخت فيه من روحي فقعوا له ساجدين ﴾ .  
(سورة ص : ٧١ - ٧٢ )

تشير هذه الآية الى أن خلق الانسان فيه :

- أولا : الطين يمثل مادة الأرض .
- ثانيا : عملية التسوية الكونية .
- ثالثا : نفخة من روح الله<sup>(١)</sup> .

#### أولا - الطين :

يمثل الطين فى هذه الآية احدى مراحل تكوين الجانب المادى  
الأرضى للانسان . وبدراسة تحليلية لورود هذا الجانب التكوينى  
الجسدى فى الآية القرآنية . نستطيع أن نقدمها مرتبة متسلسلة على  
النحو الآتى :

١ - انبات من الأرض : لأن الأرض هى المهد العام للانسان بكل  
ما فيها من عناصر ، كما أنها المستقر الرئيسى لنشاطه . قال تعالى :  
﴿ والله انبتكم من الأرض نباتا . ثم يعيدكم فيها ويخرجكم اخرجاً .  
والله جعل لكم الأرض بساطا . لتسلكوا منها سبلا فجاجا ﴾ .  
(نوح : ١٧ - ٢٠ )

٢ - من التراب : فجسم الانسان فى تكوينه العضوى - كما  
يؤكد علم الكيمياء العضوية - يتكون مما يتكون من تراب الأرض  
وصعيدها مثل الأكسجين والهيدروجين والكربون والحديد والنحاس  
والكلسيوم وغيرها من المعادن ، ويتمثل فى هذا الجانب تكوين الجسم

---

(١) عبد الحميد محمد الهاشمى : لمحات نفسية فى القرآن الكريم .  
دعوة الحق (١١) ( مكة المكرمة : رابطة العالم الاسلامى ، صفر ١٤٠٢ هـ ) ،  
ص ٤٢

ماديا فى مطالبه العضوية من مأكـل ومشرب ونوم وجنس وما إليها .  
يقول الله تعالى :

﴿ يا أيها الناس ان كنتم فى ريب من البعث فانا خلقناكم من تراب ۰۰ ﴾  
( الحج : ۵ )

٣ - من الماء : فالماء مادة مهمة جدا لحياة الانسان . فعلى الرغم من أن الماء لا يمنحنا طاقة حرارية ولا يبنى خلايا جديدة الا أنه عنصر أساسى فى التكوين الجسمى للانسان ، اذ يساعد على اذابة الغذاء وتوصيله الى جميع أجزاء الجسم كما يساعد فى عملية التخلص من الفضلات . والجسم الانسانى فيه من الماء ما يساوى ثلثى وزنه ، ولهذا يشرب الانسان كل يوم كمية غير قليلة من الماء .  
يقول الله تعالى فى محكم كتابه :

● ﴿ والله خلق كل دابة من ماء ، فمنهم من يمشى على بطنه ومنهم من يمشى على رجلين ومنهم من يمشى على أربع ، يخلق الله ما يشاء ، ان الله على كل شىء قدير ﴾ .  
( النور : ٤٥ )

● ﴿ وهو الذى خلق من الماء بشرا فجعله نسبا وصهرا ، وكان ربك قديرا ﴾ .  
( الفرقان : ٥٤ )

● ﴿ او لم ير الذين كفروا أن السموات والأرض كانتا رتقا ففتقناهما ، وجعلنا من الماء كل شىء حى ، أفلا يؤمنون ﴾ .  
( الانبياء : ٣٠ )

٤ - من طين : وهو نتيجة تجمع تراب الأرض مع الماء ، كما ورد فى الآيات :

● ﴿ اذ قال ربك للملائكة ائنى خالق بشرا من طين ﴾ .  
( سورة ص : ٧١ )

● ﴿ ولقد خلقنا الانسان من سلالة من طين ﴾ .  
( المؤمنون : ١٢ )

٥ - من حمأ مسنون : « الحمأ » من الطين الأسود ، و « المسنون » هو المتغير ، وهذه نتيجة التراب والماء لفترة من الزمن • يقول تعالى :

﴿ ولقد خلقنا الانسان من صلصال من حمأ مسنون ﴾ •

( الحجر : ٢٦ )

٦ - من صلصال : وهو الطين الحر خلط بالرمل وقد أخذ يجف فصار يتصلصل - أى يصدر صوتا كالنفخار ، وذلك من قوله تعالى :

﴿ خلق الانسان من صلصال كالفخار ﴾ • ( الرحمن : ١٤ )

ولقد اقترن الحمأ المسنون مع الصلصال بشكل تتابعى ثلاث مرات فى ثلاث آيات من سورة الحجر • قال تعالى :

● ﴿ ولقد خلقنا الانسان من صلصال من حمأ مسنون ﴾ •

( الحجر : ٢٦ )

● ﴿ واذا قال ربك للملائكة انى خالق بشرا من صلصال من حمأ

مسنون ﴾ • ( الحجر : ٢٨ )

وقول ابليس حين امتنع عن السجود للانسان :

● ﴿ قال لم اكن لأسجد لبشر خلقته من صلصال من حمأ مسنون ﴾ •

( الحجر : ٣٣ )

\*\*\*

ثانيا - عملية التسوية الكونية :

بعد ذكر المادة الأرضية الترايية فى مراحل تغيرها ، يذكر الله تعالى عملية « تسوية الانسان » التى استغرقت وقتا طويلا • قال تعالى :

﴿ الذى احسن كل شئ خلقه ، وبدا خلق الانسان من طين •

ثم جعل نسله من سلالة من ماء مهين • ثم سواه ونفخ فيه من روحه ،

وجعل لكم السمع والابصار والافئدة ، قليلا ما تشكرون ﴾ •

( السجدة : ٧ - ٩ )

وعملية التسوية هذه ليست مجرد جمع خلطى لمواد أرضية ، بل انها تتضمن صناعة متقنة دقيقة معجزة .. ويكفى أن تتصور ما تقوم به الأجهزة العضوية البشرية كالحواس المختلفة وما يتصل بها من ادراك حسى ، وما يقوم به الجهاز العصبى ومراكزه المختلفة من استقبال وحفظ واسترجاع واصدار أوامر واتصالات ، وما تقوم به الأجهزة التنفسية والدموية والهضمية والبولية والحركية مثلا من عمليات كيميائية وحركية فى كل لحظة من حياة الانسان بنأب وتعاقب واستمرار . ان ما تقوم به تلك الأجهزة من عمليات معقدة يجب أن تتصورها فى شكل مختبر أو معمل ضخم يعمل به آلاف العاملين ، لكل منهم تدريبه التخصصى ويعمل كل فى مجاله مع اتصالاته السلوكية واللاسلكية بجميع العاملين .. ان هذا التصور يقدم لنا فكرة عن عملية « التسوية الالهية » المعجزة فى خلق الانسان .

ولقد وردت عملية التسوية عدة مرات فى القرآن الكريم بصيغ مختلفة توضح خلق الله للانسان ، كما فى قوله تعالى :

● ﴿ فاذا سويته ونفخت فيه من روحي فقموا له ساجدين ﴾ .

( الحجر : ٢٩ )

● ﴿ ونفس وما سواها . فאלهمها فجورها وتقاها ﴾ .

( الشمس : ٧ - ٨ )

● ﴿ الذى خلقك فسواك فعدلك ﴾ .

( الانفطار : ٧ )

\* \*

ثالثا - نفخة من روح الله :

هذه المرحلة الأخيرة فى تكامل الكيان الانسانى .. وهذه النفخة من روح الله تؤكد أهمية صلة الانسان بالخالق - سبحانه - ليحفظ تلك الصلة سموه وكمالها واستقامته ، وأنه أهل لكل ذلك .. وهذه هى الخاصية الكبرى التى يتميز بها الانسان على بقية الحيوانات على اختلاف أنواعها . وذلك لأن الحيوانات ذوات اهتمام جسمى واحد



تعيش فى مستواه فى مختلف مراحل حياتها وفى تعاقب أجيالها •• حياة تسير بقدرات أولية وراثية غريزية تبدأ من الحياة وتسير معها مشبعة حاجاتها لضمان البقاء وحفظ النوع ، ثم ليموت الكبير وليبدأ الصغير فى ذات الحلقة وبذات الاشباع الجسدى • أما الإنسان - وهو نفخة من روح الله - فانه سيد الكائنات وخليفة الله فى الأرض • وتتجلى هذه النفخة الروحية فى الآتى :

( أ ) الجانب الروحى المؤمن بالله فطرة وقناعة فكرية •

(ب) الادراك الواعى الذكى بما وهبه الله من عقل ينمو وجهاز عصبى ذى مرونة كبيرة خارقة •

(ج) حرية الانسان فى اختياره لوسائل السلوك والتعبير ، فهو ذو ارادة ، وقادر على تنفيذ ما يختاره بإرادته •

( د ) المسئولية الانسانية باعتبارها نتيجة لحرية الارادة والقدرة على العمل •

(هـ) امكانية الضبط الذاتى للنفس البشرية ، وهو مناط التكليف والمسئولية وطريق التسامى الإنسانى للتوجيه والارشاد •

\*\*\*

#### ● ملخص مقومات النفس البشرية :

نخلص من المناقشة السابقة بالحقائق النفسية الآتية :

١ - احتفاظ كل عنصر بخصائصه المهمة الأساسية : فعنصر التراب الأرضى يتمثل فى مطالب الجسد العضوية ، والدافع لذلك هو الجوع والعطش ابتغاء الأكل والشرب ، كما ان المطالب الجنسية فى التركيب الجسمى تدفع لتحقيق الزواج والأبوة والأمومة والبنوة • ويتمثل الجانب الروحى فى المطالب الروحية والخلقية ومسئولية الحرية والارادة، ويتم اشباعها بالايمان بالله الواحد الأحد المعبود ، وإن عدم اشباعها ينحط بالانسان ليعيش قلقا تأثها فى حياة حيوانية هائمة •

٢ - ان الجانبين الرئيسيين في التكوين الانساني - الارضى والروحي - يتفاعلان دائما : فهما لا ينفصلان لبناء الحياة النفسية الانسانية المتكاملة . فدافع الجوع - وهو جسمي - يدفع الى طلب الطعام الطيب الحلال ، وليس الأكل لمجرد الأكل دون اختيار . وكذلك دافع الجنس - وهو عضوي - يدفع الى الاتصال الجنسي ، فالانسان المتكامل يسعى الى الزواج الحلال الشريف حيث السكينة والاستقرار وتحقيق الحياة الأسرية والذرية ، وليس الى حياة حيوانية شهوانية .

٣ - الكائن الانساني - على الرغم من تعدد ميوله واختلاف مصادرها ومستويات اشباعها - هو كائن حي متوحد متكامل : فكل محاولة للاهتمام والتركيز على جانب واحد دون بقية الجوانب الأخرى هو تشويه للانسان ، ومجرد نظرة جزئية لكياهه ، وهي تؤدي بالتالي الى نقص وقصور في فهم الانسان ، وسقوطه في بؤرة الانحراف النفسي والعقلي ، بعيدا عن الحياة السوية المتكاملة .

\* \* \*

#### ● مراحل التكوين النفسي للانسان في القرآن الكريم (١) :

يشير القرآن الكريم اشارة صريحة الى أهم مراحل تكوين الانسان وآثارها النفسية والجسدية والفكرية في عدة آيات متفرقات ولا سيما هذه الآية الكريمة :

﴿ هو الذي خلقكم من تراب ثم من نطفة ثم من علقه ثم يخرجكم طفلا ثم لتبلغوا اشدكم ثم لتكونوا شيوخا ، ومنكم من يتوفى من قبل ، ولتبلغوا اجلا مسمى ولعلكم تعقلون ﴾ . ( غافر : ٦٧ )

لقد أوجزت هذه الآية سيرة الحياة الانسانية في هذه الدنيا حين ركزت على المراحل المهمة في التكوين . ترابا أصلا أوليا للانسانية ، ونطفة بدءا لحياة الجنين ، ثم علقه في تسميتها الصادقة شفافية التكوين الوظيفي ، ثم الطفولة كمرحلة تأسيسية لمرحلة الرشد الشديدة القوية

---

(١) عبد الحميد الهاشمي : مرجع سابق ، ص ٥١ - ٦٩

التي تمثل هضبة العمر ، يليها انحدار الشيخوخة . ومن الناس من يتوفى قبل الشيخوخة ، ولكن لا بد لكل حي من أجل مسمى . وهذه المراحل كما تشير الآية الكريمة - على الرغم من تعاقبها المنظم - فانها ليست حتمية لكل انسان حي ، فهناك أفراد أدركهم الأجل في سنى المهد أو في عنفوان الشباب أو شرح القوة ، ومنهم من يتابع السير بحول الله الى الشيخوخة . وسنقدم تفصيلا لكل مرحلة من فتراتنا الداخلية وسماتها مقترنة بالآيات الكريمة المناسبة .

#### اولا - مرحلة البدء الاولى :

يشير القرآن الكريم الى أن بداية الحياة الانسانية على وجه الأرض ابتدأت من « نفس واحدة » ، وفي هذا بيان لأهمية النفس وأنها واحدة أصلا ، فجميع أفراد الانسان أصلهم واحد . فليس لأحد أن يدعى تمايزا عنصريا أو عرقيا أو دمويا ما دام الأصل واحدا . وهذه النفس الواحدة تحددها آيات كثيرة أنها « آدم » أبو البشر عليه السلام . قال تعالى :

« يا ايها الناس اتقوا ربكم الذى خلقكم من نفس واحدة وخلق منها زوجها وبث منهما رجالا كثيرا ونساء ، واتقوا الله الذى تساءلون به والأرحام ، ان الله كان عليكم رقيبا » .

( النساء : ١ )

وجود الأصل الواحد - وهو النفس الانسانية المتمايزة بداية وتكويننا - تنفى دعوى اتصال الحياة الانسانية بحياة حيوانات بهيمية أخرى . فالانسان مكرم أصلا وابتداء حياته هي فى المستوى الانساني أساسا .

وفى الآية أيضا تأكيد لمبدأ المساواة الانسانية بين الرجل والمرأة ، لأنها مخلوقة من الرجل أصلا ، وقوام حياتها علاقة زوجية مشرة بالذرية - حيث الأرض بيت الأسرة التى تقوم بين أفرادها أرحام وصلات يسأل الله عنها .

\*\*\*



ان مرحلة الجنين تبدأ من لحظة التلقيح المخصب الذى يتم بين الحيوان المنوى للذكر وبويضة الأثى • ولقد ذكر القرآن الكريم هذه المرحلة مفصلة فى الآية التالية :

« ولقد خلقنا الانسان من سلاله من طين • ثم جعلناه نطفه فى قرار مكين • ثم خلقنا النطفة علقه فخلقنا العلقه مضغه فخلقنا المضغه عظاما فكسونا العظام لحما ثم انشأناه خلقا آخر ، فتبارك الله أحسن الخالقين • ثم انكم بعد ذلك لميتون • ثم انكم يوم القيامة تبعثون • »  
( المؤمنون : ١٢ - ١٦ )

فمرحلة الجنين فى رحم الأم تمر بخمسة أنماط من التطور الانسانى المتعاقب كما يلى :

١ - النطفة : فى قرار مكين من الرحم ، وهى النطفة الملقحة المخصبة ، كما تقدم شرحها •

٢ - العلقه : وتبدأ هذه الفترة بعد لحظة الاخصاب بأسبوع واحد ، وقد أصبحت النطفة بشكل كرة جرثومية وبرزت منها معاليق متعددة ، صغيرة تستطيع بها العلقه أن تلتصق بجدار الرحم ، ثم تبدأ تأكل منه امتصاصا لغذائها • أما الخلية الداخلية فى العلقه فان الله يخلق منها الجنين الانسانى ، وتستمر هذه الفترة أسبوعين •

٣ - المضغه : تبدأ هذه الفترة فى نهاية الأسبوع الثالث حيث تظهر كتل جسمية بدنية جهة رأس الجنين ، وتتكاثر تلك الكتل حتى تبلغ حوالى الأربعين • فالمضغه - حسب النص القرآنى والذى يؤكد « علم الأجنة » - هى قطعة اللحم وقد تم لوكلها وقذفها • وتكون هذه المضغه اما مخلقة - مكونة بخلق تام - أو غير مخلقة لتكون سقطا قبل تمام التكوين الخلقى<sup>(١)</sup> •

(١) محمد على البار : خلق الانسان بين الطب والقرآن ، ط ٢ -  
اجدة : الدار السعودية للنشر ، ١٩٨١ ، ص ١١٣ - ١٤٥

٤ - فترة الهيكل العظمى : تستمر هذه الفترة خلال الأسبوع الخامس والسادس والسابع ، حيث تتحول الكتلة البدئية الأمامية الى عظام الفقرات وعظام الأطراف العليا والسفلى ، وفى أعلى الرأس تكون قحف الجمجمة وعظام الوجه والفكين ، وهذا معظم الهيكل العظمى الأساسى .

٥ - فترة التكوين العضلى واللحمى : إن الكتلة البدئية الخلفية هى التى تشكل الجلد الأدمى وما تحت الجلد من أنسجة لحمية وفيها عضلات الأطراف العليا والسفلى . وتتكون العظام أولا ، ثم تتكون العضلات اللحمية لتكسو العظام بقدرة الخالق سبحانه . وصدق الله العظيم :

﴿ .. فكسونا العظام لحما .. ﴾ . ( المؤمنون : ١٤ )

٦ - خلق آخر : يقول تعالى :

﴿ .. ثم أنشأنه خلقا آخر ، فتبارك الله أحسن الخالقين ﴾ .

( المؤمنون : ١٤ )

يدخل الجنين فى الشهر الثالث القمرى وما بعده فترات من التكوين النامى السريع والمعقد ، وتزداد به السمات الانسانية الظاهرة والباطنة - فالجهاز العصبى - ويشمل الدماغ والنخاع الشوكى والأعصاب - تتكامل أسسه . وهو الجهاز الوحيد الذى يلازم الانسان طوال حياته ، فلا يتغير بعد الولادة فى هدم أو بناء وإنما تتغير اتصالات بعض الخلايا العصبية ببعضها الآخر فى مراحل خريف العمر من الكهولة والشيخوخة . وفى هذه الفترة من الشهر القمرى الثالث تبدو أجزاء من القلب ، وتبدأ بعض معالم الجهاز البولى فى الظهور . وفى الشهر الرابع تظهر بوضوح الأجهزة الجنسية للصبى والبنت ، ثم فى الشهر السادس ينمو القلب والكبد ، وفى الشهر السابع ينمو الجهاز الهضمى ، وفى الشهر القمرى الثامن تظهر السرة فى مكانها مع نمو سريع للجنين ، وفى الشهر

التاسع يتكامل نمو الجسم فى جميع أجهزته ثم تكتمل الرئتان ويتكامل النمو استعدادا للولادة فى اللحظة المناسبة<sup>(١)</sup> .

\* \*

#### رابعاً - طور ما بعد الولادة فى الحياة الدنيا :

تتم الولادة وقد اكتمل النمو الضرورى الأساسى لمتابعة الحياة خارج الرحم . وتعتبر الولادة فاتحة عهد جديد للحياة البشرية فى مواجهة الحياة ، حيث يسير الكائن الانسانى فى هذا الطور مارا بمراحل تكوينية نفسية كبرى . ولقد أشار القرآن الكريم فى عدة آيات متفرقات الى أهم تلك المراحل كما يلى :

١ - مرحلة الخروج للحياة .

٢ - مرحلة الطفولة .

٣ - مرحلة الأشد ( الرشد ) .

٤ - مرحلة الكهولة .

٥ - مرحلة الشيخوخة .

وفىما يلى تناقش هذه المراحل المختلفة :

#### ● مرحلة الخروج :

يسمى القرآن مرحلة الولادة بمرحلة « الخروج » ، لأن الانسان حتى قبل أن يولد ، وكل ما فى الأمر أن الولاد سمحت له بالخروج من عالم « الأرحام » الى « الحياة الدنيا » ، كما فى قوله تعالى :

● ﴿ .. ثم يخرجكم طفلا ثم لتبلغوا أشدكم .. ﴾ .

( غافر : ٦٧ )

● ﴿ .. ونقر فى الأرحام ما نشاء الى أجل مسمى ثم نخرجكم

طفلا .. ﴾ .

( الحج : ٥ )

﴿ والله اخرجكم من بطون امهاتكم لا تعلمون شيئا .. ﴾ .

( النحل : ٧٨ )

---

(١) المرجع السابق .

والقرآن يرمى هذه المرحلة الهامة فى الحياة الانسانية بأمر أهمها  
ما يلى :

١ - اعتبار ميل أو استعداد الأبوة والأمومة فطريا ، يتحقق بانجاب  
الأبناء ، كما أن حب الأبناء حب فطرى أولى أصيل ، كما فى قوله  
تعالى :

﴿ زين للناس حب الشهوات من النساء والبنين .. ﴾ .  
( آل عمران : ١٤ )

٢ - الدعاء لله فى طلب الذرية ، وأنها قررة العين وسعادة العيش  
واشارة لنجاح الزواج وأنه مثمر ، وهى دعوة عباد الرحمن للمؤمنين :  
﴿ .. ربنا هب لنا من أزواجنا وذرياتنا قررة عين واجعلنا  
للمتقين إماما ﴾ . ( الفرقان : ٧٤ )

٣ - حق المولود فى الحياة .. فالرزق بيد الله ، وقد أودع  
فى الأرض من الخيرات المسخرات ما يكفى للحياة الرخية ، وعلى  
الإنسان أن يعمل لاستخراج تلك الخيرات لا أن يدعو لقتل الأجنة  
أو وأد الوليد . قال تعالى :

﴿ ولا تقتلوا أولادكم خشية إملاق ، نحن نرزقهم وإياكم ، إن قتلهم  
كان خطئا كبيرا ﴾ . ( الاسراء : ٣١ )

٤ - حماية الأم الحامل رعاية للجنين ، ولسلامة الولادة خروجها  
للحياة الدنيا ، وذلك بضمان نفقة الزوجة الأم الحامل . قال تعالى :  
﴿ .. وإن كن أولات حمل فأنفقوا عليهن حتى يرضعن حملهن .. ﴾ .  
( الطلاق : ٦ )

٥ - استقبال حافل سعيد .. إن نجاح عملية الولادة ليخرج الوليد  
حيًا هو سعادة غامرة لسلامة الأم الحامل ولسلامة الوليد الجديد .  
وهذه الفرحة ينبغى أن تكون شاملة من غير تمييز بين الوليد الذكر



والأثني ، فكلاهما اشارة لثمرة الزواج وكلاهما زينة الحياة ، وكلاهما امتداد لحياة الوالدين . وقد نهى القرآن عن عادة جاهلية كانت لدى بعض القبائل العربية وغيرها فى عدم الاحتفال بقدوم الوليدة الأثني ، فقال :

﴿ واذا بشر أحدهم بالأثني ظل وجهه مسودا وهو كظيم . يتوارى من القوم من سوء ما بشر به ، أيمسكه على هون أم يدسه فى التراب ، ألا ساء ما يحكمون ﴾ .

( النحل : ٥٨ - ٥٩ )

٦ - حق الوليد فى الارث من والده الميت . قال تعالى :

﴿ يوصيكم الله فى أولادكم ، للذكر مثل حظ الأنثيين . . ﴾ .

( النساء : ١١ )

\* \*

### ● مرحلة الطفولة :

تبدأ هذه المرحلة بعد الولادة مباشرة ، وتمتد الى أكثر من عشر سنوات . ولهذه المرحلة أهمية قصوى فى انتقال الوليد من مجرد كائن يتحرك الى « شخصية انسانية » يتكلم ويمشى ويسعى ويتعاون . ولقد اختص القرآن الكريم هذه المرحلة المهمة بعدة أمور أهمها ما يلى :

١ - الرضاع الطبيعى من الأم ، الا اذا تعذر ذلك . قال تعالى :

﴿ والوالدات يرضعن أولادهن حولين كاملين ، لمن اراد أن يتم

الرضاعة . . ﴾ . ( البقرة : ٢٣٣ )

وهذا الارشاد القرآنى فيه تأكيد لحق الأمومة وحق البنوة فى ارضاع صحن سعيد . ومدة الرضاع سنتان - اذا رغب الطفل فى ذلك - كحد أقصى ، وأشار القرآن الكريم الى ذلك مؤكدا فى جمع مدة الحمل والرضاع وحددها بحدودها القصوى ، فقال :

● ﴿ ووصينا الإنسان بوالديه احسانا ، حملته أمه

كرها ووضعته كرها ، وحمله وفصاله ثلاثون شهرا . . ﴾ .

( الاحقاف : ١٥ )

● ﴿ ووصينا الإنسان بوالديه حملته أمه وهنا على وهن وفصاله في عامين أن اشكر لي ولوالديك إلى المصير ﴾ .  
( لقمان : ١٤ )

٢ - حق الحضانة ، حيث الأم هي الأولى في تأدية هذا الحق ، ويقوم الوالد بالنفقة الكافية لهما معا . قال تعالى :  
﴿ .. وعلى المولود له رزقهن وكسوتهن بالمعروف .. ﴾ .  
( البقرة : ٢٣٣ )

٣ - وجوب حماية اليتيم : فان كان غنيا يوضع ماله تحت كفالة وصى محدد معين . قال تعالى :  
﴿ وابتلوا اليتامى حتى اذا بلغوا النكاح فان آنستم منهم رشدا فادفعوا اليهم أموالهم ، ولا تأكلوها أسرافا وبدارا أن يكبروا ، ومن كان غنيا فليستعفف ، ومن كان فقيرا فليأكل بالمعروف ، فاذا دفعتم اليهم أموالهم فأشهدوا عليهم ، وكفى بالله حسيبا ﴾ .  
( النساء : ٦ )

أما اليتيم الفقير فان القرآن الكريم يمنهجه التربيوى والاجتماعى يضمن له الحياة الكريمة من بيت مال المسلمين . كما أن القرآن لم يترك حياة اليتيم معلقة بعواطف الكرم والسخاء التى قد تضعف أحيانا لدى بعض الأفراد نتيجة ضعف خلقى وأنانية . قال تعالى :  
﴿ واعلموا أنما غنمتم من شيء فان لله خمسه وللرسول ولذى القربى واليتامى والمساكين وابن السبيل .. ﴾ .  
( الأنفال : ٤١ )

وعلاوة على ذلك فلا بد من رعاية انسانية لليتيم . قال تعالى :  
﴿ وليخش الذين لو تركوا من خلفهم ذرية ضعافا خافوا عليهم فليتقوا الله وليقولوا قولا سديدا ﴾ .  
( النساء : ٩ )

٤ - حق التنشئة الاجتماعية : فالطفل يولد عاجزا ، ويفد الى الحياة الدنيا لا يعلم شيئا ولكنه مستعد للتعلم بما وهبه الله من حواس وذكاء واستعداد . قال تعالى :

« والله اخرجكم من بطون امهاتكم لا تعلمون شيئا وجعل لكم السمع والابصار والافئدة لعلكم تشكرون » .  
( النحل : ٧٨ )

ولكى ينمو الطفل نموا اجتماعيا صحيحا ينبغي أن تتوفر له الأمور الآتية (١) :

( أ ) أن يشعر الطفل بأنه مرغوب فيه ومحبوب ، دون الاسراف في التدليل ، واشباع حاجاته النفسية عن طريق الأسرة .

( ب ) تعتبر الأسرة المسرح الأول الذى ينمى فيه الطفل قدراته . ويكون ذلك عن طريق اللعب والمشاركة فى النشاط الاجتماعى ، وتشجيع المنافسة المشروعة .

( ج ) تعلم الطفل - فى محيط الأسرة - أن يحترم حقوق الغير وأن يتوافق مع غيره من أفراد الأسرة ، وأن يجد فى الأيوين القدوة الحسنة .

( د ) يتعلم الطفل فى الأسرة مبادئ السلوك والتعامل مع الآخرين ، ويكون ذلك من خلال ملاحظته لسلوك أفراد الأسرة فى المواقف المختلفة .

( هـ ) يكتسب الطفل - نتيجة تفاعله وخبراته فى الأسرة - مجموعة من العادات الخاصة بتناول الطعام وارتداء ملابسه والمحافظة على النظافة والنظام والعناية بشئونه وعادات المشى والكلام والتخاطب مع الآخرين وكيفية معاملتهم .

---

(١) سيد عبد الحميد مرسى : الشخصية السوية . « سلسلة دراسات نفسية اسلامية (٤) » . ( القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨٥ ) ، ص ١٤٣ ، ١٤٤ .

(و) من خلال الأسرة يتعلم الطفل الكثير ويكتسب العقائد الدينية والأخلاق الحميدة .

وهكذا ، فبقدر ما تكون ظروف التنشئة الاجتماعية فى الأسرة سليمة وتتم فى جو نفسى اجتماعى يتسم بالأمان والتضامن والمحبة ، يقدر ما يكون ذلك عاملا محددًا لتوافق الفرد فى مراحل عمره المختلفة .

\* \*

#### ● مرحلة الأشد ( الرشد ) :

هى فترة الذروة فى القوة والقوة والرشد ، وهى تمثل هضبة العمر بعد فترة الطفولة الصاعدة النامية . وتمتد هذه المرحلة الى سن الأربعين ، حيث تمثل قمة النضوج الجسمى والعقلى والاجتماعى . قال تعالى :

﴿ .. حتى اذا بلغ أشده وبلغ أربعين سنة قال رب أوزعنى أن اشكر نعمتك التى أنعمت على وعلى والدى وأن أعمل صالحا ترضاه واصلح لى فى ذرىتى ، انى تبت اليك وانى من المسلمين ﴾ .  
( الأحقاف : ١٥ )

وتشير هذه الآية الى عدة معالم نفسية أساسية فى هذه المرحلة وهى :

- ١ - القوة الجسمية ( الأشد ) .
- ٢ - النضوج الجنسى المثمر بانجاب الذرية .
- ٣ - النضج الادراكى للتكليف الشرعى مع بداية هذه المرحلة .
- ٤ - التكامل العقلى مع الوعى الشعورى للحياة .
- ٥ - المسئولية الاجتماعية والأخلاقية نحو الوالدين والأبناء .
- ٦ - الاستقلال الاقتصادى لكسب الرزق .
- ٧ - النقد الذاتى فى التوبة الصادقة والرجوع الى الله تعالى .

\* \*

## ● مرحلة الشيخوخة :

هى مرحلة الختام فى الحياة الانسانية لمن كتب الله له عمرا مديدا ،  
وتكون بعد مرحلة الشدة والقوة ، قال تعالى :

﴿ هو الذى خلقكم من تراب ثم من نطفة ثم من علقه ثم يخرجكم  
طفلا ثم لتبلغوا أشدكم ثم لتكونوا شيوخا ، ومنكم من يتوفى من قبل ٠٠ ﴾  
( غافر : ٦٧ )

وتتميز هذه المرحلة بالضعف العام فى التكوين الجسمى والنفسى  
للإنسان ، وقد أشارت بعض الآيات القرآنية الكريمة الى بعض تلك  
المظاهر التكوينية كما يلى :

١ - ضعف متدرج فى بنية العظام التى تمثل الهيكل الأساسى  
لاكتساب القامة وقوتها ٠٠ كما فى قوله تعالى حكاية لمناجاة زكريا  
لربه فداء خفيا سرا :

﴿ قال رب انى وهن العظم منى واشتعل الرأس شيئا ٠٠ ﴾  
( مريم : ٤ )

٢ - ضياع كثير من المعلومات لضعف الترابط بين الخلايا العصبية  
المركزية ، الى جانب ضعف الاتصال بالبيئة المحيطة لوهن بعض الحواس  
كالسمع والبصر ٠ ويشير القرآن الكريم الى ذلك فى الآية :

﴿ ٠٠ ومنكم من يرد الى أرذل العمر لكيلا يعلم من بعد علم شيئا ٠٠ ﴾  
( الحج : ٥ )

٣ - ضعف فى الانجاب وما يتصل به ، كما فى قوله تعالى حكاية  
عن زكريا وقد بلغ به الكبر غايته :

﴿ قال رب انى يكون لى غلام وكانت امرأتى عاقرا وقد بلغت من  
الكبر عتيا ٠ قال كذلك قال ربك هو على هين وقد خلقتك من قبل ولم  
تك شيئا ٠ ﴾  
( مريم : ٨ - ٩ )

فالشيخوخة مدعاة للضعف الجسمي العام ، وبذلك يتأثر الانجاب ،  
ولكن الله الخالق هو على كل شئ قدير . . ويؤكد هذا المعنى في ضعف  
الشيخوخة عموما وجود خصوصيات يهبها الله لمن يشاء من عباده ،  
وقد كان منهم ابراهيم عليه السلام حيث ذكر القرآن حكاية عنه  
في سورة ابراهيم :

﴿ الحمد لله الذى وهب لى على الكبر اسماعيل واسحاق ، ان ربي  
لسميع الدعاء ﴾ . ( ابراهيم : ٢٩ )

\*\*\*

### ● القرآن ومسيرة الحياة الدنيا :

انها الحياة الانسانية فى هذه الدنيا . . زواج بين الرجل  
والمرأة ليكون حمل الجنين فى رحم الأم ، ثم ولادة ، ثم مهد وطفولة ،  
ثم فتوة وشباب ورشد ، فكهولة وشيخوخة ثم وفاة . ولقد قدم  
القرآن الكريم خطا يائيا ليرسم مسيرة الحياة الدنيا التى تبدأ من ضعف  
عام ، ثم الى قوة فى شتى أبعاد التكوين ، ثم من بعد ذلك ضعف :  
﴿ الله الذى خلقكم من ضعف ثم جعل من بعد ضعف قوة ثم جعل  
من بعد قوة ضعفا وشيبة ، يخلق ما يشاء ، وهو العليم القدير ﴾ .  
( الروم : ٥٤ )

ومرحلة الشيخوخة - على الرغم من ضعفها التكويني العام -  
فانها ان كانت مع سلامة العقيدة المسلمة لله تعالى والصالحية فى  
سلوكها ، والراضية القانعة الهادئة ، فانها مرحلة مباركة وسعيدة ،  
لأنها تفسح المجال أمام الانسان المؤمن لمزيد من العمل الصالح ،  
عادة وخلقاً وسلوكاً . ويحكى القرآن الكريم قصة حياة الانسان على  
وجه الأرض فيقول :

﴿ هو الذى خلقكم من تراب ثم من نطفة ثم من علقه ثم يخرجكم  
طفلا ثم لتبلغوا أشدكم ثم لتكونوا شيوخا ، ومنكم من يتوفى من قبل ، ولتبلغوا  
أجلا مسمى ولعلكم تعقلون . هو الذى يحيى ويميت ، فاذا قضى أمرا  
فإنما يقول له كن فيكون ﴾ . ( غافر : ٦٧ - ٦٨ )

كما يقدم لنا القرآن الكريم مشهدا تصويريا صادقا منتزعا مما يشاهده الانسان من المظاهر الكونية بما يصور حياة الانسان في مسيرتها ، قال تعالى :

« انما مثل الحياة الدنيا كماء أنزلناه من السماء فاختلط به نبات الأرض مما يأكل الناس والأنعام حتى اذا أخذت الأرض زخرفها وازينت وظن أهلها أنهم قادرون عليها أتاها أمرنا ليلا أو نهارا فجعلناها حصيدا كأن لم تغن بالأمس ، كذلك نفصل الآيات لقوم يتفكرون .  
والله يدعو الى دار السلام ويهدى من يشاء الى صراط مستقيم » .  
( يونس : ٢٤ - ٢٥ )

\* \* \*

### الشخصية الانسانية

عندما يفكر الناس في الشخصية ، فانهم ينظرون اليها عادة باعتبارها التأثير الذي يحدثه الفرد في الآخرين ، أو باعتبارها أهم الانطباعات التي يتركها الفرد في الآخرين . أما علماء النفس فانهم حين يدرسون الشخصية ، ينظرون اليها باعتبارها الأبنية والعمليات النفسية الثابتة التي تنظم خبرات الفرد وتشكل استجاباته للبيئة التي يعيش فيها ، والتي تميزه عن غيره من الناس . وبعبارة أخرى فإن الشخصية هي : « ذلك المفهوم أو المصطلح الذي يصف الفرد من حيث هو كل موحد من الأساليب السلوكية والادراكية المعقدة التنظيم ، التي تميزه عن غيره من الناس وبخاصة في المواقف الاجتماعية »<sup>(١)</sup> . فعلماء النفس حينما يدرسون الشخصية ، ينظرون الى الفرد ككل متكامل ، يعمل ويستجيب

---

(١) محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسي .

( القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ) ، ص ١٣

كوحدة تنتظم وتتفاعل فيها جميع أجهزته البدنية والنفسية ، وتحدد سلوكه واستجاباته بطريقة يتميز بها عن غيره من الناس<sup>(١)</sup> .

ولكى نستطيع أن نفهم شخصية الانسان فهما دقيقا ، ينبغي أن ندرس بدقة العوامل المختلفة التي تحدد الشخصية . ولذا يدرس علماء النفس المحدثون عادة العوامل البيولوجية والثقافية والاجتماعية . ويهتمون في دراسة العوامل البيولوجية بدراسة أثر الوراثة والتكوين البدني وطبيعة تكوين الجهاز العصبي والغدد . وحينما يدرسون تأثير العوامل الاجتماعية على الشخصية فانهم يهتمون عادة بدراسة خبرات الطفولة وبخاصة في الأسرة وطريقة معاملة الوالدين للطفل . كما يهتمون أيضا بدراسة تأثير الثقافات المختلفة ، والطبقات الاجتماعية ، والمؤسسات الاجتماعية ، وجماعات الرفاق والأصدقاء وتأثيرها على شخصية الفرد . . . وحينما يدرس علماء النفس المحدثون محددات الشخصية المنبثقة من طبيعة تكوين الفرد ذاته ، فانهم يقصرون اهتمامهم على دراسة العوامل الجسمية البيولوجية فقط ، مغفلين الجانب الروحي من الانسان ، وذلك تمشيا مع أسلوبهم في البحث العلمي الذي يقتصر على دراسة ما يمكن ملاحظته واخضاعه للبحث في المختبرات العلمية . ولذلك يهمل علماء النفس المحدثون دراسة الجانب الروحي من الانسان وأثره على الشخصية .

وقد لاحظ « ايريك فروم » - المحلل النفسي - قصور علم النفس الحديث وعجزه عن فهم الانسان فهما صحيحا بسبب اهماله دراسة الجانب الروحي في الانسان ، ويبدو ذلك واضحا في قوله : « . . ان التقليد الذي يعد السيكلوجيا دراسة لروح الانسان تهتم بفضائل وسعادته - هذا التقليد نبذ تماما ، وأصبح علم النفس الأكاديمي - في محاولته لمحاكاة العلوم الطبيعية والأساليب المعملية في الوزن والحساب -

---

(١) محمد عثمان نجاني : القرآن وعلم النفس . ( بيروت : دار الشروق ، ١٩٨٢ ) ، ص ١٩٩



أصبح هذا العلم يعالج كل شيء ما عدا الروح .. اذ حاول هذا العلم أن يفهم مظاهر الانسان التي يمكن فحصها معمليا ، ورغم أن الشعور ، وأحكام القيمة ، ومعرفة الخير والشر ، ما هي الا تصورات ميتافيزيقية تقع خارج مشكلات علم النفس» (١) .

اننا لا نستطيع أن نفهم شخصية الانسان فهما واضحا بدون أن ندرك حقيقة جميع العوامل المحددة للشخصية ، سواء أكانت مادية أم روحية . أما الاقتصار على دراسة العوامل الجسمية البيولوجية فقط ، وإهمال أثر الجانب الروحي في الانسان ، فإن من شأن ذلك أن يعطينا صورة غير واضحة وغير دقيقة للشخصية ..

وقد ورد في القرآن الكريم وصف للشخصية الانسانية وسماتها وخصائصها العامة التي يتميز بها الانسان عن غيره من المخلوقات الأخرى ، كما جاء فيه أيضا وصف لبعض الأنماط العامة للشخصية الانسانية التي تتميز ببعض الخواص الرئيسية ، وهي أنماط عامة وشائعة تكاد نراها حتى اليوم في جميع المجتمعات الانسانية عامة .

ان نظريات الشخصية - في الواقع - هي نتاج القرن العشرين ، الا أن جذورها تمتد من أغوار تاريخ الفكر الانساني . ولقد بذلت محاولات عديدة لتجميع هذا الفكر وتصنيفه ، ويمكن تصنيف دراسة الشخصية على أساس المدارس الفكرية المختلفة على النحو الآتي (٢) :

١ - المدرسة الكلية : وتشمل نظريات « ليفين » ، و « ألبورت » ، و « كاتل » .

٢ - المدرسة الكلية البيولوجية ( العضوية ) : وتشمل آراء « جولدشتين » و « مازلو » .

---

(١) ايريك فروم ( ترجمة فؤاد كامل ) : الدين والتحليل النفسي ، ( القاهرة : مطبعة غريب ، ١٩٧٧ ) ، ص ١١

(٢) سيد عبد الحميد مرسى : مرجع سابق ، ص ٢٥ - ٦٤

- ٢ - مدرسة التحليل النفسى : وتركز على آراء « فرويد » .
- ٤ - الفرويديون المحدثون : وتضم آراء « آدلر » و « يونج » و « رانك » و « هورنى » و « فروم » و « سوليفان » .
- ٥ - نظرية التعلم : وتشمل آراء « دولارد » و « ميللر » .
- ٦ - نظرية الذات : وتشمل آراء « سينج » و « كومز » و « كارل روجرز » ومفاهيمه المتعلقة بالذات .

وليس هنا مجال لعرض هذه النظريات المختلفة ، ولكن يمكن أن نقعد مقارنة سريعة بين أهم النظريات<sup>(١)</sup> . فلا شك أن النظرية لا تعتبر مفيدة الا اذا جعلت هدفها من دراسة الظواهر البحث عن الأسباب أو العوامل الفعالة التى تعتبر مسئولة عن حدوث تلك الظواهر . وقد سار « فرويد » فى منهجه متبعاً الأسلوب العلمى فى التفكير من حيث ارتباط الأسباب بالمسببات فى علاقات وظيفية تجعل من الثانية محصلة للأولى . كما وجهت نظرية التحليل النفسى الأنظار الى الأسلوب التكويني أو التطورى الذى يبحث فى ثنايا الماضى عن عوامل فعالة فى الحاضر ، ويفسر الحاضر فى ضوء التاريخ التطورى له . ومن شأن هذه النظرة أن تجعل من السلوك والشخصية ظاهرة ديناميكية ، وهى شىء قد أصبح متفقاً عليه الآن . ولا يتم استكمال هذا الأسلوب العلمى الا اذا نظرنا الى التاريخ الماضى للشخصية فى صورة أحداث مادية محددة يتعرض لها الفرد فى حياته الأولى وتؤثر على سلوكه مستقبلاً .

وهذا هو ما فعلته « نظرية التعلم » . فلقد أرجعت أحداث الطفولة المبكرة الى نظم محددة من الثواب والعقاب والاحباط والتشبيط ، يتعرض لها الطفل فى سنى حياته الأولى ، وهذه النظم يحددها نوع الثقافة التى يعيش فيها الفرد ، وتمثل هذه النظم فى القيم والاتجاهات والأهداف التى تسود المجتمع وتؤثر فى نوع معاملة الأبوين للطفل .

(١) المرجع السابق ، ص ٦٥ ، ٦٦

ومن الناحية المادية أو الوضعية ، نجد أن النظرية الناجحة هي تلك التى تصنف ظواهرها تصنيفا شاملا مفيدا من وجهة النظر العلمية . والواقع أن أغلب نظريات الشخصية قد أسهمت فى هذا التصنيف لمادة الشخصية .. فنظرية « السمات » ونظرية « التحليل النفسى » ونظرية « الذات » - على سبيل المثال - قد نظرت الى الشخصية من زوايا مختلفة ، وجاءتنا بمادة يمكن أن توضع فى تصنيف أكثر شمولاً مما جاءت به كل نظرية على حدة . هذا بالإضافة الى أن الحقائق التى تعبر عنها هذه النظريات تشمل متغيرات هامة ومفيدة من الناحية العلمية .

وإذا نظرنا الى التنظيم الشخصى للفرد على أنه تنظيم فريد خاص به ، وفى ذات الوقت يشترك فيه مع الآخرين فى فواح معينة ، فإنا نستطيع حينئذ الاستفادة من جميع الحقائق التى أمدتنا بها النظريات المختلفة للشخصية .. فنستطيع أن نستفيد من الحقائق التى أمدنا بها منهج التحليل النفسى عن الخبرات اللاشعورية وعن الصراع بين الخبرات المختلفة . كما يمكن الاستفادة من الحقائق التى أمدنا بها منهج السمات عن الصفات المختلفة للسلوك الظاهرى ، كما يمكن الاستفادة أيضا من نظرية الذات بما أمدتنا به من حقائق عن الذات . وأخيرا نستطيع أن ننظر الى هذه الحقائق جميعا من وجهة نظر سلوكية ، كما تشير لذلك نظرية التعلم .. وبهذا تتلافى الأخطاء التى قد تجرنا اليها المناهج التى تعتبر الشخصية شيئا جامدا موروثا ، مما قد يعطل الفهم ولا يساعد على التنبؤ .

وعند دراسة الشخصية ، يميل الكاتب الى عدم التحيز لوجهة نظر معينة ، بل يفضل استخدام « الطريقة الانتقائية » ( Eclectic Approach ) ، حيث يستفاد من العلوم السلوكية والخبرات المختلفة فى دراسة الشخصية ، على أساس أن الشخصية تتضمن مستويات وظيفية متكاملة من النواحي البيولوجية والنفسية والاجتماعية . وقد

استند الكاتب فى هذا الرأى الى خبرة سنوات طويلة فى مجال تأهيل المعوقين ، حيث تعتمد فلسفة التأهيل على « مفهوم الفريق » ( Team Concept ) فى علاج وتأهيل الحالات المختلفة . ويتضمن فريق التأهيل الخبرات المختلفة فى نواحى الطب وعلم النفس وعلم الاجتماع وما يرتبط بها من المعارف الأخرى .



### الشخصية الانسانية فى القرآن

لقد ورد فى القرآن الكريم وصف للشخصية الانسانية وخصائصها العامة التى يتميز بها الانسان عن غيره من الكائنات ، ويشير القرآن أيضا الى الصراع بين الجانبين المادى والروحي فى الانسان .. ولعل مشيئة الله تعالى قد اقتضت أن يكون أسلوب الانسان فى حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقى الذى وضعه الخالق سبحانه للانسان فى هذه الحياة . فمن استطاع أن يوفق بين الجانبين المادى والروحي فى شخصيته ، وأن يحقق بينهما أكبر قدر مستطاع من التوازن ، فقد نجح فى هذا الاختبار ، واستحق أن يثاب على ذلك بالسعادة فى الدنيا والآخرة<sup>(١)</sup> . قال تعالى :

- ﴿ يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر الله ، ومن يفعل ذلك فأولئك هم الخاسرون ﴾ . ( المنافقون : ٩ )
- ﴿ قد افلح من تزكى . وذكر اسم ربه فصلى . بل تؤثر الحياة الدنيا . والآخرة خير وأبقى ﴾ . ( الأعلى : ١٤ - ١٧ )

ولقد شاءت حكمة الله تعالى ورحمته أن يمد الانسان بكافة الامكانيات اللازمة لحل الصراع بين الجانب المادى والجانب الروحي ،

---

(١) محمد عثمان تجاتى ، مرجع سابق ، ص ٢٠٤

بأن وهبه العقل ليميز به بين الخير والشر ، وبين الحق والباطل ، كما أمدّه سبحانه بحرية الإرادة والاختيار حتى يستطيع أن يت في أمر هذا الصراع . قال تعالى :

● ﴿ وهديناه النجدين ﴾ . ( البلد : ١٠ )

● ﴿ انا هديناه السبيل اما شاكرا واما كفورا ﴾ .  
( الانسان : ٣ )

● ﴿ ونفس وما سواها . فآلهمها فجورها وتقواها . قد افلح من زكاها . وقد خاب من دساها ﴾ .  
( الشمس : ٧ - ١٠ )

● ﴿ قد جاءكم بصائر من ربكم ، فمن ابصر فلنفسه ، ومن عمى فعليها ﴾ .  
( الانعام : ١٠٤ )

● ﴿ وقل الحق من ربكم ، فمن شاء فليؤمن ومن شاء فليكفر ﴾ .  
( الكهف : ٢٩ )

● ﴿ من عمل صالحا فلنفسه ومن اساء فعليها ، وما ربك بظلام للعبيد ﴾ .  
( فصلت : ٤٦ )

● ﴿ كل نفس بما كسبت رهينة ﴾ . ( المدثر : ٣٨ )

واذا أخلص الانسان في تقربه لله تعالى بالعبادات والأعمال الصالحة ، وتحكم في أهوائه وشهواته ، بما يحقق التوازن بين مطالبه المادية والروحية ، فإنه يصل الى أعلى مرتبة من النضوج والكمال الانساني ، وهي المرتبة التي تكون فيها النفس البشرية في حالة سكونية واطمئنان ، وينطبق عليها صفة « النفس المطمئنة » . قال تعالى :

﴿ يا أيتهما النفس المطمئنة . ارجعي الى ربك راضية مرضية . فادخلي في عبادي . وادخلي جنتي ﴾ . ( الفجر : ٢٧ - ٣٠ )

\*\*\*

## ● الصفات الايجابية للانسان (١) :

ان الصفات الايجابية الحسنة هي صفات عامة مشتركة بين أفراد الجنس البشرى على وجه العموم فى أجيالها المتتابعة ، وأهم تلك الصفات ما يلى :

### ١ - وحدة الأصل :

فأدم عليه السلام هو الانسان الأول أبو البشرية ، ظهر على هذا الكوكب الأرضى وقد خلقه الله بيديه . وفى الوحدة عوامل المساواة الانسانية العامة ، وتتجلى هذه الصفة فى قوله تعالى :

﴿ يا ايها الناس اتقوا ربكم الذى خلقكم من نفس واحدة وخلق منها زوجها وبث منهما رجالا كثيرا ونساء ، واتقوا الله الذى تساءلون به والأرحام ، ان الله كان عليكم رقيبا ﴾ .

( النساء : ١ )

ان هذه الآية فيها بيان للفكر العالمى للقرآن بعيدا عن الأجناس واللغات والألوان والمواقع الأرضية ، ويتجلى هذا فيما يلى :

- ( أ ) نداء عام للناس جميعا فى كل زمان ومكان .
  - ( ب ) دعوة الناس الى الله خالقهم عبادة وتقوى .
  - ( ج ) الناس كلهم من نفس واحدة هي أبوهم آدم .
  - ( د ) ومن الأصل كانت زوجته حواء مساوية له فى كل الحقوق والصفات الانسانية تكريما للزوجة وهى الزوجية الأولى .
  - ( هـ ) ومن هذين الزوجين كان الأبناء رجالا ونساء ، فلا فرق فى الأصل سموا ، وانما فى مجال الوظيفة ومدى الاستعداد .
- انها الأسرة الانسانية كلها المرتبطة بصلة القربى والرحم ،

---

(١) عبد الحميد الهاشمى : مرجع سابق ، ص ٧٤ - ٩٩

ومقرها الأرض كلها لتمثل المجتمع الانساني .. وكانت حكمة الله أنه لم يخلق أفراد الانسان رجالا ونساء دفعة واحدة جميعا .. وذلك لوحدة الأصل وعدم قيام أصول متفرقة ، والأهمية تعليمها مبدأ التدرج والنمو ، ولأهمية وجود عوامل القربى والرحم التي يسأل الله عنها رعاية واحسانا .

\* \*

## ٢ - احتفاء خاص بمقدم الانسان :

حين أعلن الله - سبحانه - للملائكة أنه خالق بشرا ، فهذا الاعلان فيه كل تكريم - لا سيما وقد اقترن هذا الاعلان بأمر الملائكة أن تسجد لهذا البشر ، فهذا اعلان هادف لتكريم الانسان . ولقد ورد ذكر هذا الاعلان بمقدم الانسان عند خلقه وكونه خليفة الله ، مقترنا ذلك بأمر الخالق للملائكة بالسجود في عدة آيات منها :

● ﴿ واذ قال ربك للملائكة انى خالق بشرا من صلصال من حمأ مسنون . فاذا سويته ونفخت فيه من روحي فقعوا له ساجدين ﴾ .  
( الحجر : ٢٨ - ٢٩ )

● ﴿ اذ قال ربك للملائكة انى خالق بشرا من طين . فاذا سويته ونفخت فيه من روحي فقعوا له ساجدين ﴾ .  
( سورة ص : ٧١ - ٧٢ )

● ﴿ واذ قال ربك للملائكة انى جاعل فى الأرض خليفة .. ﴾ .  
( البقرة : ٣٠ )

● ﴿ واذ قلنا للملائكة اسجدوا لآدم .. ﴾ .  
( البقرة : ٣٤ )

\* \*

## ٣ - احترام الحياة الانسانية :

ان الله قد وهب الانسان حصانة فى حفظ الحياة مهما كان جنسه أو لونه أو لغته أو مرحلة نموه أو مقر اقامته ، فالله - سبحانه - هو واهب الحياة . لذا فقد صرح القرآن الكريم أن من قتل « نفسا »

– وتشمل كل فرد انساني – بغير نفس أو فساد – أى بغير قصاص  
لقتل – فكأنما قتل الناس جميعا .. لأن حق الحياة حق انساني  
أصيل وقتل واحد هو انكار لهذا الحق فى الحياة ، كما أن حماية  
الحياة لفرد واحد هو حماية لنفوس الأحياء جميعا . قال تعالى :

﴿ .. أنه من قتل نفسا بغير نفس أو فساد فى الأرض فكأنما  
قتل الناس جميعا ومن أحيأها فكأنما أحيأ الناس جميعا .. ﴾  
( المائدة : ٣٢ )

\* \*

٤ – الانسان خليفة الله فى الأرض :

قال تعالى : ﴿ واذ قال ربك للملائكة انى جاعل فى الأرض خليفة ؟  
( البقرة : ٣٠ )

فخلافة الانسان لله فى الأرض هى خلافة تنظيم وتدير وبناء  
وعمران .. خلافة عدل واحسان ورحمة . فالله – سبحانه – قد  
خلق الانسان ليعمر الأرض خيرا وليظل الانسان على صلة دائمة  
بالله عبادة واستغفارا وتوبة . قال تعالى :

﴿ .. هو انشاكم من الأرض واستعمركم فيها فاستغفروا  
ثم توبوا اليه ، ان ربي قريب مجيب ﴾  
( هود : ٦١ )

وهذه الخلافة ليست لآدم وحده ، بل هى خلافة متوارثة  
لأفراد الانسانية جمعاء جيلا بعد جيل خلفاء فى الأرض .  
قال تعالى :

﴿ امن يجيب المضطر اذا دعاه ويكشف السوء ويجعلكم  
خلفاء الأرض ، اءله مع الله ، قليلا ما تذكرون ﴾  
( النمل : ٦٢ )

فالانسان هو الكائن الوحيد الذى وهبه الله طاقات عقلية وعملية  
للاستفادة من كنوز الأرض وما يتصل بها ، لأنها جميعا مسخرات له .

\* \*



## ٥ - تكريم الانسان على سائر الكائنات :

انه تكريم حين أمر الملائكة بالسجود له ، وتكريم بتسخير الأرض وما فى بطنها وعليها وحولها من رياح وماء وبحار وجبال وكواكب ومعادن .. فهذه القوى الكونية مسخرة لتكون ملائمة لنمو الحياة الانسانية ، كما أن التسخير يتضمن ما أودع الله فى الانسان من استعدادات عقلية وعملية لاستغلال هذه المسخرات لخير الحياة الانسانية ، وهذا ما لم يحظ به غير الانسان دون الكائنات الحية الأخرى . قال تعالى :

﴿ ولقد كرّمنا بنى آدم وحملناهم فى البر والبحر ورزقناهم من الطيبات وفضلناهم على كثير ممن خلقنا تفضيلاً ﴾ .  
( الاسراء : ٧٠ )

\*\*\*

## ٦ - يحمل الفطرة المؤمنة :

يحمل الانسان - فى الأعماق - مبدأ الايمان بالله رباً ، وسيظل كذلك حتى تحرف تلك الفطرة بعامل افساد أو انحراف . فالله تعالى وهو الخالق للناس جميعاً قد أخذ منهم ميثاقاً وهم فى عالم الذر ذرية وسألهم : ألسن بربكم ؟ فاعترفوا له بالربوبية والعبودية والوحدانية . قال تعالى :

﴿ واذا أخذ ربك من بنى آدم من ظهورهم ذريتهم وأشهدهم على أنفسهم ألست بربكم ، قالوا بلى شهدنا ، أن تقولوا يوم القيامة انا كنا عن هذا غافلين ﴾ .  
( الأعراف : ١٧٢ )

\*\*\*

## ٧ - أحسن صورة وأحسن تقويم :

الانسان ، وقد خلقه الله بيديه ، جعل صورته الخلقية الجسمية فى غاية الكمال بالنسبة لسائر الكائنات الحية الأخرى .. فالتكوين الانسانى فى أجهزته المختلفة - الظاهرة والباطنة - يمثل كمال الصنعة ودقة الاحكام فى تناسق الوظائف وتوازن الأجهزة والأعضاء ، ويؤكد

الخالق - سبحانه - هذه الحقيقة التكوينية حين يقرنها مع خلق السموات وما فيها من نجوم وكواكب هي زينة الناظرين دقة واحكاما ، ومع خلق الأرض التي فيها آيات الدقة نظاما وتقويما . قال تعالى :

﴿ خلق السموات والأرض بالحق وصورك فاحسن صوركم ،  
واليه المصير ﴾ . ( التغابن : ٣ )

والانسان هو المخلوق المختار من بين سائر الكائنات ، لذا فهو في أحسن تقويم تكويننا عضويا وجسديا ، فقامته تنتصب معتدلة الى أعلى دون غيره من الأحياء . ويده أعظم آلة عرفها العلم ، وكل تقدم تحرزه البشرية هو نتيجة دقة اليد البشرية ومرونتها . وجهازه العصبى هو أعقد وأدق جهاز عصبى لمخلوق . كما أن حنجرته تصدر أصواتا جميلة متنوعة . ولقد أكد القرآن الكريم هذه الحقيقة التكوينية النفسية فى قوله تعالى :

﴿ لقد خلقنا الانسان فى أحسن تقويم ﴾ .  
( التين : ٤ )



#### ٨ - استعداده للبيان :

يتميز الانسان عن سائر الكائنات الحية بفطرته الادراكية التي تتجلى بمقدرته فى « البيان » ، الذى يشمل استعداد الانسان للتعبير عن مكنونات نفسه ومشاعره عن طريق الاشارة والحركات والملامح . كما يشمل البيان التعبير اللغوى الذى يستطيع من خلاله بيان ما فى نفسه تعبيرا ، واستبيان ما لدى غيره سؤالا وسماعا ، وبيان ما لديه الى غيره عبر الأجيال كتابة وتسجيلا . وقد ورد ذلك فى القرآن الكريم ، فيقول تعالى :

﴿ الرحمن . علم القرآن . خلق الانسان . علمه البيان .  
الشمس والقمر بحسبان . والنجم والشجر يسجدان .  
والسما رفعها ووضع الميزان ﴾ . ( الرحمن : ١ - ٧ )



## ٩ - قابليته للتعلم :

يشير القرآن الكريم الى ما يتميز به الانسان فى استعدادة للتعلم ، الذى يعتبر احدى الخصائص الكبرى للانسان فى حياته النفسية . وقابلية الانسان للتعلم تتفاعل فيها عدة عوامل فطرية أولية وعوامل مكتسبة بيئية ، وهى كما يلى :

( أ ) جهاز عصبى انسانى يمتاز بدقته المتناهية وتعقده وتشابكه - وحواس دقيقة متعاونة ، بحيث اذا ضعف أحدها تحاول بقية الحواس تعويضه نسبيا . والحواس أدوات اتصال بين « الشخصية الانسانية » وما حولها من مؤثرات .

(ب) ذكاء انسانى مبكر ومتنام ومتجدد ، فعالية أفراد الجنس البشرى يتمتعون بذكاء متوسط وما فوقه بدرجات ذوات فروق فردية .

(ج) قدرة خاصة للانسان فى انجاز الرمزية التى تضع بين الشئ أو الشخص وبين ما يطلق عليه من أسماء يفهمها الانسان . وهذه الرمزية هى أساس اللغة بشتى مراحلها ومستوياتها .

( د ) ما وهب الله للانسان من قدرات عقلية عليا من انتباه وتذكر وتصور وتخيل وحفظ .

(هـ) مجتمع انسانى مشجع للانسان على المحاكاة والتنشئة ونقل معارفه من الكبار الراشدين الى الصغار الناشئين ، ومن جيل الى جيل ، ومن مكان الى آخر .

وهذه الحقائق النفسية التى وصلت اليها الدراسات الحديثة فى التعلم الانسانى ، أشارت ليها آيات ثلاث فى أوئل « سورة البقرة » ، حين أخبر الله تعالى الملائكة بجعل « الانسان » خليفة له فى الأرض ، وأن هذا الاستخلاف قائم على أهلية الانسان له . قال تعالى : ﴿ وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ أَنْبِئُونِي بِأَسْمَاءِ هَؤُلَاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ . قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا

الا ما علمتنا ، انك انت العليم الحكيم . قال يا آدم انبئهم باسمائهم ،  
فلما انباهم باسمائهم قال الم اقل لكم انى اعلم غيب السموات  
والارض واعلم ما تدون وما كنتم تكتمون ؟ .

( البقرة : ٣١ - ٣٣ )

ويتم استخلاف الانسان للخالق سبحانه حسب السياق الآتى :

- حين جعل الله بيان قابلية الانسان للتعلم دليلا على اهليته .
- وحين كان الله هو المعلم الأول كما هو المربي الأول للانسان .
- وكان منهاج التعليم ، أن يتعلم الأسماء وتعلقها بالمسميات فهما  
مع حفظ تلك الأسماء .
- بيان أن الملائكة لم يستطيعوا ذلك لعدم حاجتهم اليه .
- أجرى الله تعالى اختبارا للانسان على ما تعلم من قبل .
- نجاح تام للانسان ، وفى هذا بيان حكمة الله فى استخلاف  
الانسان وفى تكريمه ثم بالتالى مسئوليته وتكليفه .

\* \*

#### ١٠ - استعدادة لتحمل المسئولية الانسانية :

الانسان هو الكائن الحى الذى ينمو متدرجا من قبل ولادته  
بأشهر ويتابع ذلك النمو الفعلى الواعى بعد ولادته سنوات حتى  
مرحلة الرشد . وهذا النمو الادراكى الشعورى على الرغم من أنه  
قد يكون بطيئا الا أنه قوى وعميق وأصيل . وهذا ما يجعل الانسان  
هو الكائن المسئول المكلف الذى عليه أن يلتزم بما يفكر ويمسك  
ويتعامل ، وأن يتحمل نتائج ذلك إن خيرا فخييرا وإن شرا فشرا . وهذه  
حقيقة نفسية كبرى فى استعداد الانسان لتحمل المسئولية ومقدرته فى  
القيام بها ، لأنه :

أولا - لأنه انسان - وليس مجرد مادة - فهو أيضا نفخة  
من روح الله تسمو به الى الحق والخير والفضيلة بل ونحو التوبة اذا  
ما أصابه ضعف أو وهن ليعود متساميا طاهرا .

ثانياً - لدى الانسان فطرة أولية تدفعه للإيمان بالله ومحاسبة نفسه على ما يعمل .

ثالثاً - يتمتع الانسان بقدر من الذكاء يبين له وجوه الخير والشر بوجه عام وعاطفة شفافة . فالخير ما اطمأن له القلب ، والشر ما جال في النفس وتردد في الصدر .

رابعا - وبالإضافة الى ما تقدم ، فلم يتركه الله الى ما وهبه من فطرة سليمة ومن ذكاء مدرك مميز ، بل أرسل له معلمين مرشدين من المرسلين ، صاحبوا الانسانية في تاريخها الطويل في سلسلة من الرسل ، قص القرآن عن بعضهم ولم يقصص عن الآخرين شيئاً . فقال عنهم في بيان الحكمة تأكيداً للعدالة الالهية وتبياناً للمسئولية الانسانية :

﴿ رسلاً مبشرين ومنذرين لئلا يكون للناس على الله حجة بعد الرسل ، وكان الله عزيزاً حكيماً ﴾ .  
( النساء : ١٦٥ )

وبعد رسول الله محمد عليه الصلاة والسلام - خاتم الأنبياء والمرسلين - كابن العلماء ورثة الأنبياء في تولى مسئولية التعليم والارشاد . ويقرر القرآن هذه الحقيقة النفسية الكبرى ، حين أقسم بالنفس الانسانية لسموها مقرونا ذلك القسم بمشاهد كونية في دوام الحركة ودقة النظام في الشمس والقمر وما يتصل بهما من نهار وليل ومع السماء والأرض ، ثم في تسوية النفس وتكوينها بنظام دقيق سوى متكامل في النفس الانسانية ومسئوليتها . قال تعالى :

﴿ ونفس وما سواها . فآلهمها فجورها وتقواها .  
قد افلح من زكاها . وقد خاب من دساها ﴾ .  
( الشمس : ٧ - ١٠ )

والمسئولية النفسية تؤكد كرامة الانسان كما تؤكد يقظة مواهبه

الإدراكية ونشاط وعيه الشعوري . لذا فإن القرآن الكريم يؤكد هذه الحقيقة النفسية فى مواضع متفرقة . قال تعالى :

● ﴿ انا خلقنا الانسان من نطفة امشاج نبتليه فجعلناه سميما بصيرا . انا هديناه السبيل اما شاكرا واما كفورا ﴾ .  
( الانسان : ٢ - ٣ )

● ﴿ كل نفس بما كسبت رهينة ﴾ .  
( المدثر : ٢٨ )

● ﴿ وهديناه النجدين ﴾ .  
( البلد : ١٠ )

وتتجسد هذه المسئولية فى عملية التغير نحو الأفضل والأكمل ، بعيدا عن الخطأ والهبوط والانحدار ، كما فى الآية الكريمة :

﴿ ان الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم ﴾ .  
( الرعد : ١١ )

بل ان الانسان مسئول مسئولية مباشرة عما تتلقاه حواسه حين يعيش فى بيئة فاسدة أو منحرفة ، اذ عليه أن يعمل لاصلاح البيئة والمجتمع وتحويلها الى بيئة صالحة ومجتمع صالح ، الى جانب مسئولية الانسان فى كل فكرة يتبناها . قال تعالى :

﴿ ولا تقف ما ليس لك به علم ، ان السمع والبصر والفؤاد كل اولئك كان عنه مسئولا ﴾ .  
( الاسراء : ٣٦ )

\*\*\*

● الصفات السلبية للانسان :

ليس الانسان « ملاكا » كله طهر وخير واستقامة دائما وأبدا ، فليست شخصيته مجعلا للصفات الايجابية المتسامية التى تؤكد كرامته وفضله وأهليته لخلافة الله فى الأرض . بل فيه أيضا من القصور ونقاط الضعف والوهن ما قد تنحدر به الى أدنى المستويات فى الحياة الحيوانية . فليست وظيفة الانسان فى الحياة قاصرة على مجرد الأكل والشرب والجنس والنوم .

فالإنسان ، الى جانب نواحيه المادية العضوية الحيوانية ، هو نفخة من روح الله . فهو يمتاز بالايمان بالله وبفكرة الحق والخير والعمل الصالح ، وبذلك كان الانسان سيد الكائنات وكان المكرم والمفضل عند الخالق سبحانه ، وقد أمرت الملائكة بالسجود له تقديرا واحتراما .

فاذا فقد الانسان هذا الجانب الروحي المؤمن فقد جوهرا انسانيته الحققة ولم يبق له منها الا الشكل والمظهر والقالب ، وهذا لا يغني عن الحقيقة الأساسية للنفس البشرية شيئا . ولهذا أطلق القرآن الكريم في عدة مواطن لفظ « الدواب » على الذين انحرفوا عن الايمان الصادق الخالص وقضوا العهد الالهى الفطرى الذى تميز به أبناء آدم ذرية متسلسلة . ونجد ذلك فى الآيات الآتية :

● « ان شر الدواب عند الله الذين كفروا فهم لا يؤمنون . الذين عاهدت منهم ثم ينقضون عهدهم فى كل مرة وهم لا يتقون » .  
( الانفال : ٥٥ - ٥٦ )

● « ان شر الدواب عند الله الصم البكم الذين لا يعقلون . ولو علم الله فيهم خيرا لأسمعهم ، ولو أسمعهم لتولوا وهم معرضون . يا ايها الذين آمنوا استجبوا لله وللرسول اذا دعاكم لما يحييكم ، واعلموا ان الله يحول بين المرء وقلبه وانه اليه تحشرون » .  
( الانفال : ٢٢ - ٢٤ )

وتأكيدا لهذه الحقيقة النفسية التى تجعل عدم الايمان بالله انحرافا عن سلامة النفس الانسانية وسموها ، فان الانسان اذا فقد الصلة بالله ايمانا وعبادة فإن غير قليل من صفاته الايجابية الأصيلة - كخلافته الله فى الأرض وقابليته للتعلم والنمو العلمى المتصاعد - تنقلب عليه سلاحا مدمرا للنفس الانسانية فى ربوع الخلافة على الأرض كلها .

لذا فان للانسان « صفات سلبية » ، قد تكون كامنة تتحين الفرص

للظهور ، وقد تكون طارئة يمكن التغلب عليها من خلال التوجيه  
المثمر ، وقد تكون غير شاملة بيد أنها جميعا يستطيع الايمان بالله -  
حيث ترعاه التنشئة السليمة وتنمو به التربية الصحيحة - أن يجعل  
من الفرد البشرى « انسانا متكاملا فاضلا » . وسنقدم أهم تلك  
الصفات السلبية للانسان وهى : الضعف ، والعجلة ، والكفر ، والتقتير ،  
والطغيان ، والطمع ، والكنود . . . وسنناقشها فيما يلى (١) :

#### ١ - الضعف الانسانى :

الانسان ضعيف فى تكوينه العام ، وهذه حقيقة نفسية يحسها  
الانسان فى قرارة نفسه بدءا من مسيرة الحياة طفلا وهو يعتمد على  
الآخرين فى مختلف شئون حياته . ويظل يستشعر ذلك الضعف فى مراحل  
الفتوة والقوة والرشد فى فترات الارهاق والمرض والملل والاجباط والفشل  
.. ويزداد ذلك الشعور بالضعف الانسانى فى مراحل خريف العمر  
كهولة وشيخوخة . قال تعالى :

﴿ الله الذى خلقكم من ضعف ثم جعل من بعد ضعف قوة ثم  
جعل من بعد قوة ضعفا وشيبة ، يخلق ما يشاء ، وهو العليم القدير ﴾ .  
( الروم : ٥٤ )

ويتأكد هذا المعنى فى الضعف الانسانى العام بالآية التالية :

﴿ يريد الله ان يخفف عنكم ، وخلق الانسان ضعيفا ﴾ .

( النساء : ٢٨ )

بيد أن الانسان العاقل الرشيد المؤمن يستطيع أن يجعل هذا  
الضعف سبيلا لاستمداد القوة من مصدرها الأصيل . فالايان بالله قوة  
يكافح بها الانسان ضعفه حين يجعل صلته بالخالق سبحانه سندا دائما  
ومعينا ومرجعا . والمنهج الالهى هو الذى يجعل الانسان - على الرغم

(١) عباس محمود العقاد ، مرجع سابق ص ١٨ - ٢٠



من ضعفه أمام بعض رغباته الجامحة. الطائشة — يستخدم عقله وارادته  
فى الضبط الذاتى ، ويجعل من الايمان بالله رقيباً على عقله وارادته  
ودوافعه ، فلا يذل أمام هوى ولا يقع أسير الشهوات •

\*\*\*

## ٢ - العجلة :

هى احدى خصائص الانسان التى تدفعه ليتطلع دائماً الى ما بعد  
اللحظة القائمة لما سيكون من أعمال • انه الانسان يريد أن يمتد  
طويلاً ببصره بأسرع ما يكون الامتداد الى ما سيأتى ليقطف ثماره قبل  
الأوان ، كذلك صفة الانسان عموماً • قال تعالى :

﴿ خلق الانسان من عجل • ﴾ ( الانبياء : ٣٧ )

ولهذه العجلة فى كثير من الأحيان آثار سلبية ، لأنها فى مجال  
الأعمال الادارية والسلوكية كثيراً ما توقع الانسان فى قصور عند  
اعداد الخطط وارساء القواعد والمقدمات واتخاذ قرارات خاطئة •  
أما فى مجال الانفعالات والعواطف الانسانية فكم أثارت العجلة من  
تعبيرات سلوكية متطرفة أو حادة فى شكل عدوان أو تصرف غير مقبول •  
وقد تكون هذه التعبيرات الانفعالية فى أوقات الاحباط أو الفشل أو فى  
مواجهة الشدائد والأزمات سبباً فى كره الحياة ودعاء الانسان  
على نفسه أو أهله بالويل والثبور • وصدق الله العظيم :

﴿ ويدع الانسان بالشر دعاءه بالخير ، وكان الانسان عجولاً • ﴾

( الاسراء : ١١ )

بيد أن الله تعالى وهو الرحيم بهذا الانسان ، يعلم اندفاعات الانسان  
العجلة نحو شر نفسه فيتجاوز عنها • قال تعالى :

﴿ ولو يعجل الله للناس الشر استعجالهم بالخير لقضى اليهم اجلهم • ﴾

( يونس : ١١ )

وعلاج هذه العجلة هو الايمان بالله تعالى وقضائه مما يبعث الطمأنينة

فى نفس الانسان المؤمن الذى يفكر ويخطط ويعمل دون أن يستبق  
النتائج قبل حينها • وحتى فى ساعات الشدة والاحباط فإن المؤمن  
لا يتلاشى متهاويا ، بل يواجه المواقف الصعبة بقلب صابر ونفس مطمئنة  
متوكلا على الله تعالى •

\*\*\*

### ٣ - كفور :

الانسان أيضا « كفور » اذا كان فى ساعة الشدة والمصائب •  
وقد ضرب القرآن لذلك مثلا فى ركوب البحر ، فاذا تقاذفت الانسان  
الأمواج وشارف الهلاك تذكر الله وذكره ودعاه طالبا منه العون  
والحماية ، فاذا استقر على الشاطئ ووصل بر الأمان نسى الله  
وانغمس فى عيشه غارقا فى أهوائه وشهواته • قال تعالى :  
﴿ واذا مسكم الضر فى البحر ضل من تدعون الا اياه ، فلما  
نجاكم الى البر اعرضتم ، وكان الانسان كفورا ﴾ •  
( الاسراء : ٦٧ )

ويمثل القرآن الكريم كفران نعم الله فى المجتمع بعدم شكر  
الله عليها ، ويضرب هذا المثل لحياة اجتماعية انسانية كثيرا ما تتجدد  
فى كل جيل وكل مكان • قال تعالى :

﴿ وضرب الله مثلا قرية كانت آمنة مطمئنة ياتىها  
رزقها رغدا من كل مكان فكفرت بانعم الله فاذاقها الله  
لباس الجوع والخوف بما كانوا يصنعون ﴾ •  
( النحل : ١١٢ )

\*\*\*

### ٤ - الانسان قنور :

« القنور » هو الشحيح أو البخيل على نفسه وعلى أهله • ان  
الانسان بفطرته محب للتملك وحريص على الحيازة ، ولكنه يتعلم كيف  
ينفق على نفسه وعلى أهله كما يتعلم أن ينفق على المحتاجين • ولهذا

جعل الله من صفات المؤمنين حماية أنفسهم من صفة البخل والشح ،  
قال تعالى :

• ﴿ ٠٠ ومن يوق شح نفسه فاولئك هم المفلحون ٠٠ ﴾  
( الحشر : ٩ )

• ﴿ ٠٠ وأنفقوا خيرا لأنفسكم ، ومن يوق شح نفسه فاولئك هم  
المفلحون ٠ ﴾  
( التغابن : ١٦ )

• ﴿ لن تنالوا البر حتى تنفقوا مما تحبون ، وما تنفقوا من شيء  
فان الله به عليم ٠ ﴾  
( آل عمران : ٩٢ )

\*\*\*

#### هـ - الطغيان :

« الطغيان » هو الزيادة المتطرفة عن المستوى المقبول والمغالاة  
والاستبداد فى التعامل مع الآخرين . وهذه صفة ذميمة منحرفة  
لدى بعض النفوس عندما تكون ضعيفة فقيرة تتذلل وتظاهر بالصلاح  
والتقوى ، فإذا واتتها الفرصة وتمكنت قوة أو سلطة استبدت وظلمت  
وتعسفت ، ونسيت أو تناست كل صلاح وتقوى ، والى ذلك تشير  
الآية الكريمة :

﴿ كلا ان الانسان ليطغى . ان رآه استغنى . ان الى ربك الرجعى ٠ ﴾  
( العلق : ٦ - ٨ )

أما النفوس السليمة السوية ، وهى ذات اتصال دائم بالله تعالى  
عبادة ومراقبة ، فانها تواجه الحياة بتكيف متوازن سليم . .  
إذا أصابها سوء أو واجهتها ضائقة صبرت وتجملت بحيث تبدو  
أمام الآخرين غنية ، وهى حقا غنية بالله تعالى عن أموال الناس .  
فان أصابها خير حمدت الله تعالى وأنفقت فى سبيل الخير وأسهمت  
فى اسعاد المجتمع حولها ، وهذا قمة التوافق النفسى السليم .

\*\*\*

## ٦ - هلولوع :

« الهلع » هو أشد الجزع ، والهلولوع يفزع ويجزع من الشر فلا يصبر على الشدائد والأزمات . والانسان الهلولوع هو جزوع متهافت يتلاشى أمام الصعاب ، وهو نفسه منوع بخيل شحيح عندما يناله الخير . وهذه الصفة الذميمة تلازم الانسان المنحرف عن الايمان بالله وغير الملتزم بما أوجب الله من اتباع منهجه وشريعته .

أما الانسان المؤمن الذى يمثل التكامل الانسانى فى الالتزام بالتقوى والعبادة ، والقيام بدفع الزكاة التى تمثل علاقته المحبة نفسيا مع أفراد مجتمعه . ان هذا الانسان فى مواجهة الشدائد صبور راض بما قدر الله ، وفى مواجهة الرخاء قنوع كريم شاكر لأنعم الله . قال تعالى :

« ان الانسان خلق هلولوعا . اذا مسه الشر جزوعا . واذا مسه الخير منوعا . الا المصلين . الذين هم على صلاتهم دائمون . والذين فى أموالهم حق معلوم . للساائل والمحروم » .  
( المارج : ١٩ - ٢٥ )

\*\*\*

## ٧ - كننود :

« الكنود » هو الكافر بنعم الله وآلائه وعاص لأوامره بخيل شحيح . قال تعالى :

« ان الانسان لربه كننود . وانه على ذلك لشهيد . وانه لحب الخير لشديد » .  
( العاديات : ٦ - ٨ )

والغزى . . أكد القرآن الكريم فى عدة مواطن قيمة الانسان وشخصيته الفريدة المتميزة على سائر الكائنات فى تكريمه وفى أهليته للاستخلاف فى الأرض خلافة عمران ورخاء ، وبما وهبه من وسائل الفكر والملاحظة والتجريب والعمل . . وليس معنى ذلك أن الانسان ليس مجرد آلة دون ارادة ، أو لديه حصانة كاملة ضد الزلل والانحراف . .

انه ليس ملاكا ، وليس شيطانا رجيمًا . فاذا عرض له طارئ أفسد  
فطرته أو أعشى بصيرته وظل يكابر فانه يخسر افسانيته السوية ، وعلاجه  
هو الايمان بالله تعالى والقيام بالعمل الصالح ، فذاك مصدر  
الصلاح والاستقامة كما فى قوله تعالى :

﴿ والعصر . ان الانسان لفى خسر . الا الذين آمنوا  
وعملوا الصالحات وتواصوا بالحق وتواصوا بالصبر ﴾ .  
( سورة العصر )

\*\*\*

### الانسان والمجتمع

يركز الاسلام على بناء الفرد كنواة صالحة للجماعة من خلال  
الأسرة . . بناء الفرد بوصفة عاملا أساسيا فى تكوين الأسرة التى  
تمثل الخلايا والوحدات الرئيسية للمجتمع ، ويعتبر الاسلام أن  
الانسان كائن جسدى وروحى معا . فبناء الانسان هدف كبير ،  
ويقوم أساس هذا البناء أصلا على أن يصبح الانسان شخصية  
سوية سليمة متزنة ويكون فى ذات الوقت لبنة فى بناء المجتمع .  
ويتحقق هذا البناء فى مجالات ثلاث هى : الجسم ، والعقل ،  
والروح . ويقوم ذلك أساسا على مبدأ التوافق بين الفردية والجماعية .  
والمجتمع فى خدمة الفرد ، والفرد فى خدمة المجتمع ، وكلاهما  
متكاملان

ويعطى الاسلام أهمية كبرى للانسان كفرد فى مجتمع ، ويؤكد  
حاجته الى التقدم المستمر ، وبذلك يحرر طاقاته الخلاقة كلها - فكرية  
وخلقية وعملية - لتتطلق فى خدمة تقدمه كإنسان . . كذلك دفع الاسلام  
المجتمع كله فى طريق واحد دون السماح لعائق أن يقف فى وجه تقدمه  
ولا سيما القانون الطبقي الذى يحكم الانسان باعتبار الطبقة  
الاجتماعية التى ينتمى اليها وليس على أساس امكافاته وما يمكن أن  
يقدم للمجتمع من خدمات . كذلك فإن كل فرد فى المجتمع الاسلامى  
يستحق الاحترام والتقدير بقدر ما يتحمل من مسئولية وبقدر

ما يتجلى به من صفات طيبة .. والفرد فى الاسلام له حق وعليه واجب نحو نفسه ومجتمعه سواء بسواء . فهو يتأمل فرديا ، ويعمل اجتماعيا ، ويرعى نفسه ، ويكون مسئولا عن رعيته ، كما جاء فى الحديث الشريف : « ألا كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته » . وبالإضافة الى ما سبق فانه يشاور الجماعة فى الأمر ، واذا عزم توكل على الله . قال تعالى:

﴿ فيما رحمة من الله لنت لهم ، ولو كنت فظا غليظ القلب لانفضوا من حولك ، فاعف عنهم واستغفر لهم وشاورهم فى الأمر ، فاذا عزم فتوكل على الله ، ان الله يحب المتوكلين ﴾ . ( آل عمران : ١٥٩ )

فالشورى أصل أصيل وركن ركين فى الاسلام . والقرآن على نهجه فى التشريع يضع كبريات الأسس والقواعد ، ويترك التفاصيل للجماعة بحسب ظروف الزمان والمكان . فلكل دولة الحق فى أن تسن طريق الشورى وفق ظروفها وبيئتها ، والمهم أن يكون مبدأ الشورى موجودا خشية تسلط الفرد وتحكمه وطغيانه . وللفرد حق الكسب والتملك ، على أن يؤدى الزكاة ، وحينما تستدعيه حاجة المجتمع فانه يقدم على التضحية فى سبيل المجتمع .

ان التوازن بين الفرد والمجتمع هو الذى شققت الانسانية طويلا دون تحقيقه .. فهى اما فردية مغرقة فى ذاتها أو جماعية جامدة تصبب الأفراد فى قالب واحد من الميول والأهواء . وهذا يعنى أننا نجد المجتمع اما مغرقا فى الفردية بحيث يتحكم الفرد فى مصير المجتمع ويسخره لخدمة أغراضه الشخصية ، أو مغرقا فى الجماعية بحيث تذوب شخصية الفرد وتنصهر فى بوتقة الجماعة ويصبح فرسا فى عجلة الجماعة .. وحيث يقرر الاسلام التوازن بين الفرد والجماعة ، فهو يقيم « التكافل الاجتماعى » ، وهو طراز من التعاطف الانسانى من شأنه أن يقضى على العنصرية والطبقية ويحرر العقيدة من التعصب . فمفهوم المجتمع فى

الاسلام يقوم على أمرين : الأول التعادل بين الفرد والآخر ، والثاني التوازن بين الفرد والمجتمع (١) .

\*\*\*

### السلوك الانساني

« السلوك عبارة عن ذلك النشاط الذى يصدر من الكائن الحي نتيجة لعلاقته بظروف بيئية معينة ، والذى يتمثل بالتالى فى محاولاته المتكررة للتعديل والتغيير فى هذه الظروف ، حتى يتناسب مع مقتضيات حياته ، وحتى يحقق له البقاء ولجنسه الاستمرار . والسلوك بحكم هذا التعريف لا يخرج عن كونه ظاهرة طبيعية كآية ظاهرة طبيعية أخرى » (٢) .

ومن الدراسات السلوكية تنضح حقيقة هامة تلقى الضوء على مفهوم السلوك الانساني ، وهى تتركز فى أن الانسان يمثل نظاما متكاملا ، ويتكون من أجهزة متعددة يختص كل منها بأداء وظيفة محددة . ولذلك فإن السبيل العلمى لفهم السلوك وتفسيره هو عن طريق النظر فى جوانبه المختلفة فى آن واحد ، وعدم الاقتصار على دراسة بعض جوانبه دون الأخرى . ولقد اتضح من الدراسات السلوكية أن الانسان له دوافع متعددة ومعقدة ، وعلى الرغم من وجود بعض الصفات المتماثلة فيما بين الأفراد الا أن هناك جانبا أساسيا من الفروق الفردية بينهم . وعلى هذا فائسا لا تتوقع أن يتصرف كل الأفراد بنفس السلوك استجابة لمؤثر أو مثير معين . ولذلك فإن الأساس الأول لفهم السلوك البشرى هو تحليل ذلك السلوك لمعرفة الدافع أو الباعث عليه . ومن ناحية أخرى ، فالانسان لا يستطيع أن يعيش بمعزل عن غيره من الأفراد ،

---

(١) سيد عبد الحميد مرسى : النفس البشرية « سلسلة دراسات نفسية اسلامية (١) » . ( القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨٢ ) ، ص ٢٩ - ٣٢

(٢) محمد عماد الدين اسماعيل : المنهج العلمى وتفسير السلوك ، ط ٣ - ( القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ) ، ص ١٨٩

لذلك كان من الضروري أن نأخذ الجوانب الاجتماعية في الاعتبار عند تحليل سلوك الفرد (١) .

- ونتيجة للبحوث في مجال ديناميكية السلوك نفترض ما يأتي :
- ١ - السلوك الانساني سلوك هادف ، فكل سلوك هدف يسعى الفرد الى تحقيقه ، وتحدد الحاجات الأساسية للفرد هذا الهدف .
  - ٢ - السلوك الانساني سلوك مسبب ، فلا يوجد سلوك دون سبب وقد يكون السلوك ظاهرا واضحا أو مختفيا كامنا .
  - ٣ - السلوك الانساني متعدد الأسباب ، فالحاجات الأساسية للانسان تتفاعل باستمرار داخل الفرد الذي يحاول أن يشبع بسلوكه أكبر عدد ممكن من حاجاته .
  - ٤ - كثيرا ما يقوم اللاشعور بدور هام في تحديد سلوك الانسان ، وعموما فإن الفرد لا تستطيع لأول وهلة تحديد الأسباب المتعددة لسلوكه .
  - ٥ - السلوك الانساني عملية مستمرة ، فليست هناك فواصل قاطعة تحدد بدء كل سلوك ونهايته . فكل سلوك جزء من سلسلة متكاملة مستمرة ومتغيرة تندمج حلقاتها باستمرار .
  - ٦ - الانسان عضو في مجتمع كبير ، فهو يتأثر بطبيعة الثقافة والحضارة التي يعيش فيها ، ويصبح لتلك القوى الاجتماعية تأثير شديد على أساليب السلوك وأنماطه التي يتبعها .
  - ٧ - لكل فرد « شخصية متميزة » تختلف عنها في غيره من الأشخاص ، وتلك الشخصية هي نتاج التفاعل بين حاجات الفرد ورغباته وخبراته والبيئة التي يعيش فيها . فقد يكون الفرد قلقا غير مستقر ، أو قد يكون طابع شخصيته التسلط أو العدوان ، أو قد يصبح انطوائيا سلبيا . ويحدد ذلك النوع من الشخصية بعض أنماط السلوك الانساني ويساعد على تفسير تصرفات الفرد (٢) .

---

(١) سيد عبد الحميد مرسى : العلوم السلوكية في مجال الإدارة والانتاج ، ط ٢ - ( القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨٤ ) ، ص ٢٨  
(٢) سيد عبد الحميد مرسى : علم النفس والكفاية الانتاجية ، ( القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١ ) ، ص ٦٧٩ ، ٦٨٠



ويبدو « الغزالي » باحثاً في علم النفس - وفي السلوك خاصة - بصورة تجعله متقدماً على الكثيرين ممن درسوا السلوك من علماء النفس . وهو غالباً ما ينحو في دراسة ظواهر السلوك سبيل الحياء ، فيتناولها من حيث ذاتها أولاً ، معرفاً لها ، موضحاً ماهيتها ، مقارناً بينها وبين الظواهر الأخرى ، ليصل بعد ذلك إلى إصدار حكم عليها ، ووضع خطة العلاج النفسي .

وبالإضافة إلى عناية « الغزالي » بالسلوك من حيث كونه موجهاً لعناية دينية إنسانية ، فإنه يساير روح الإسلام التي تنظر إلى الإنسان كشخصية متكاملة ، يجمع نشاطها بين العبادة الدينية الخالصة والعمل الدنيوي ، حين يكون هذا العمل قائماً على أساس معقول من المصلحة الفردية أو العامة والسمو الإنساني .

ولقد ميز « الغزالي » بين ثلاثة أنواع من السلوك :

١ - **الفعل الطبيعي** : وهو مجرد التغيير الميكانيكي ، وذلك كإفراق الماء إذا وقف الإنسان عليه بجسمه .

٢ - **الفعل الضروري** : وهو التغيير البيولوجي والآلي مثل : التنفس ، ويعطى هذا الفعل أحياناً الصفة الإرادية ، ولكنه ينزعها منه غالباً فيبين أنه ليس إلا سلوكاً آلياً لا إرادة فيه ولا عقل .

٣ - **السلوك العقلي الإرادي** : وذلك كالكتابة والمشي والكلام .

ويلاحظ أن الإنسان لا يختلف كثيراً عن الحيوان في السلوك الآلي ، بينما يتميز عنه بالسلوك الإرادي . . . ومن هذه الأمثلة يبدو واضحاً الفرق بين حركة الجماد ، والفعل الاضطراري ، وسلوك الكائن الحي وخاصة الإنسان من حيث تلقائيته ، وكونه نتيجة لمثيرات داخلية وخارجية ، وباعتباره سلوكاً متغيراً متنوعاً قابلاً للتحسين ويستهدف تحقيق غرض معين<sup>(١)</sup> .

\* \* \*

---

(١) عبد الكريم العثمان : **الدراسات النفسية عند المسلمين والغزالي** بوجه خاص ، ط ٢ - ( القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١ ) ص ١٦٧ - ١٧٠

## • دوافع السلوك :

تعتبر نظرية « مازلو »<sup>(١)</sup> من أشهر نظريات دوافع الإنسان ،  
وتقوم هذه النظرية على الافتراضات الآتية :

١ - أن حاجات الإنسان يمكن ترتيبها في سلم هرمي حسب أهميتها ، بدءاً من الحاجات الدنيا ( البيولوجية ) الى حاجات الأمن ثم الحاجات الاجتماعية النفسية التي تنتهى بحاجة تحقيق الذات فى قمة هرم الحاجات . ويعكس هذا الهرم شدة الحاجة الى الاشباع ، ويشير الى أن الحاجة الأكثر إلحاحاً ستطغى على اهتمام الفرد ، وتقلل بذلك من اهتمامه بالحاجات الأخرى .

٢ - أن الإنسان هلوع بطبيعته ، وعلى ذلك فإن حاجاته لا تشبع حتى نهايتها على الوجه الأكمل ، فبمجرد أن تشبع إحدى الحاجات الأساسية تقل شدة إلحاحها وتظهر حاجة جديدة لتحل محلها . وهذه العملية مستمرة ، وبالتالي يظل الإنسان يسعى دائماً لاشباع حاجاته .

٣ - بمجرد اشباع الفرد لأحدى حاجاته بشكل مناسب فإن هذه الحاجة لن تؤثر على سلوكه ، ولذلك فإنه يركز على اشباع حاجة أخرى تالية .

٤ - تعتمد الحاجات بعضها على البعض الآخر وتتداخل فيما بينها .  
وإن اشباع حاجة معينة لا يجعلها تختفى تماماً حين تظهر الأخرى ، وعلى ذلك فإنه على الرغم من عدم اشباع بعض الحاجات فإن هذا لا يعنى أنها قد اختفت أو سقطت نهائياً .

وتصنف الحاجات الأساسية للإنسان الى :

- ( أ ) حاجات بيولوجية ( فسيولوجية ) أو أولية .
- ( ب ) حاجات اجتماعية نفسية أو ثانوية .

---

A. Maslow; **Motivation and Personality**. ( New York, (١)  
Harper . 1954 ).

ومن أمثلة الحاجات البيولوجية : الجوع والعطش والجنس ، وهذه الحاجات ضرورية لبقاء الانسان وحفظ النوع ، ولذا فهي شائعة بين جميع البشر ولكنها تظهر بدرجات متفاوتة . وتعديل هذه الحاجات البيولوجية عن طريق الخبرة والممارسة الاجتماعية ، مثال ذلك : تعديل وجبات الطعام فى شهر رمضان لتصبح وجبتين فقط للافطار والسحور مع تعديل مواعيدها .

أما الحاجات الثانوية فانها أكثر غموضا من الأولية لأنها تمثل حاجات معنوية وعقلية بدلا من الحاجات الوظيفية للجسم . وتتمثل هذه الحاجات الثانوية وتتطور وفقا للنضج العقلى للشخص وخبراته . ومن أمثلة الحاجات الثانوية : الانتماء ، والاعتراف والتقدير ، وتحقيق الذات . وتختلف الحاجات الثانوية وتتنوع من شخص الى آخر بدرجة تفوق تلك التى نراها فى الحاجات الأولية .

وسنناقش الحاجات الأساسية باختصار مع ابداء رأى الاسلام بشأنها :

#### اولا - الحاجات البيولوجية ( الفسيولوجية ) :

لقد اقتضت حكمة الخالق - سبحانه - الذى منح نعمة الوجود لكل مخلوق ، أن يودع فى مخلوقاته خصائصها التى تؤهلها لأداء الوظائف التى خلقها الله تعالى لها . ومن بين الخصائص الهامة التى أودعها الله تعالى فى تكوين الحيوان والانسان « الدوافع الفسيولوجية » . وتؤدي الوظائف الفسيولوجية جانبا هاما للحيوان والانسان . . . فهى تقوم بتلبية حاجات البدن وتسد كل ما يطرأ عليه من نقص ، وتقاوم كل ما يعتريه من خلل أو اضطراب أو فقدان الاتزان . . . فهى تعمل دائما على الاحتفاظ للجسم بقدر معين من « الاتزان الحيوى ( Homeostasis ) » اللازم لحفظ ذاته وبقائه واستمراره .

وقد أوضحت الدراسات الفسيولوجية وجود ميل طبيعي في جسم الإنسان الى الاحتفاظ بدرجة ثابتة من الاتزان ، بحيث اذا اختل هذا الاتزان انبعث دافع للقيام بنشاط توافقي مستهدفا إعادة الجسم الى حالته السابقة من الاتزان . وقد يتم هذا النشاط التوافقي على أساس فسيولوجي بحيث لا ارادة للإنسان فيه ، مثل ما يحدث حينما يتسبب الجسم عرقا في درجة الحرارة العالية مما يؤدي الى خفض حرارة البدن نتيجة لتبخر العرق . وقد يتم هذا النشاط التوافقي بقيام الفرد بنشاط ارادي معين ، كأن يقوم مثلا بتناول الغذاء عندما يشعر بالجوع أو الشرب في حالة الظم<sup>(١)</sup> .

وفكرة « الاتزان » هذه التي كشف عنها العلماء حديثا ، قد وردت في القرآن الكريم منذ أربعة عشر قرنا من الزمان ، وذلك في قوله تعالى :

● ﴿ والأرض مدناها والقينا فيها رواسي وانبتنا فيها من كل شيء موزون ﴾ . ( الحجر : ١٩ )

● ﴿ .. وخلق كل شيء فقدره تقديرا ﴾ . ( الفرقان : ٢ )

● ﴿ .. وكل شيء عنده بمقدار ﴾ . ( الرعد : ٨ )

● ﴿ انا كل شيء خلقناه بقدر ﴾ . ( القمر : ٤٩ )

فكل كائن حي مخلوق بطريقة معينة بحيث يكون على درجة معينة من الاتزان ، فاذا اختل هذا الاتزان تنبعث الدوافع الفسيولوجية التي تدفع الانسان للقيام بأنواع النشاط اللازم لاعادة الجسم الى حالة الاتزان .

---

(١) محمد عثمان نجاتي : مرجع سابق ، ص ٢٣ - ٢٥

وقد أشار القرآن الكريم الى هذه الدوافع الفسيولوجية الهامة،  
وانتهى تلخيصها فيما يلي :

#### ١ - دوافع حفظ الذات :

ذكر الله سبحانه وتعالى في بعض آيات القرآن الكريم أهم الدوافع  
الفسيولوجية التي تقوم بحفظ الذات وبقاء الفرد مثل : الجوع ،  
والعطش ، والتعب ، والتنفس . . . فلقد خاطب الله تعالى آدم عليه السلام  
وهو في الجنة مذكرا اياه بما هو فيه من نعيم ، ومحذرا له من  
الوقوع في شرك الشيطان الذي يريد أن يخرج من الجنة ليهبط الى  
الأرض فيشتقى فيها بالسعي والعمل المتواصل لاشباع دوافعه  
الفسيولوجية . قال تعالى :

﴿ فقلنا يا آدم ان هذا عدو لك ولزوجك فلا يخرجنكما من  
الجنة فتشتقى . ان لك الا تجوع فيها ولا تمرى . وانك لا تظمؤا فيها  
ولا تضحى . فوسوس اليه الشيطان قال يا آدم هل ادلك على شجرة  
الخلد وملك لا يبلى . فأكلا منها فبدت لهما سوءاتهما وطفقا يخصفان  
عليهما من ورق الجنة ، وعصى آدم ربه فغوى ﴾ .

( طه : ١١٧ - ١٢١ )

ففي هذه الآيات اشارة الى ثلاثة دوافع هامة من دوافع حفظ  
الذات وهي دوافع : الجوع والعطش وتجنب الحرارة الزائدة . . . كما تشير  
هذه الآيات أيضا الى دافع حب البقاء وحب التملك . وتعمل دوافع  
حفظ الذات في خدمة دافع حب البقاء ، فهي باشباعها حاجات الجسم  
الفسيولوجية انما تعمل على بقاء الفرد واستمرار حياته . وقد كان  
دافع حب البقاء ودافع حب التملك مدخل الشيطان الى نفس آدم  
فوسوس له : ﴿ هل ادلك على شجرة الخلد وملك لا يبلى ﴾ ، فنسى  
آدم تحذير ربه وعصى أمره فأكل من الشجرة ، وندم على ما فعل .

وتشير بعض آيات القرآن الكريم الى أهمية كل من دافع الجوع

وانفعال الخوف فى حياة الانسان .. فالانسان يعمل من أجل الحصول على القوت ، ثم يعمل على تأمين حياته من أحداث المستقبل وعاديات الزمن . ولذلك فقد ذكرت بعض آيات القرآن الكريم كلا من الجوع والخوف كعاملين لهما أثرهما الكبير فى حياة الانسان . قال تعالى :

● ﴿ ولنبلونكم بشئ من الخوف والجوع ونقص من الأموال والأنفس والثمرات ، وبشر الصابرين ﴾ . ( البقرة : ١٥٥ )

● ﴿ وضرب الله مثلا قرية كانت آمنة مطمئنة يأتيها رزقها رغدا من كل مكان فكفرت بأنعم الله فأذاقها الله لباس الجوع والخوف بما كانوا يصنعون ﴾ . ( النحل : ١١٢ )

● ﴿ فليعبدوا رب هذا البيت . الذى أطعمهم من جوع وآمنهم من خوف ﴾ . ( قريش : ٣ - ٤ )

والانسان - من خلال كدحه ليحصل على قوته والقيام بالتزاماته - يشعر بالتعب والاعياء ويحتاج الى الراحة والنوم كى يستعيد حيويته ونشاطه . وفى هذا المعنى قال الله تعالى :

● ﴿ ومن آياته منامكم بالليل والنهار وابتغائكم من فضله ، ان فى ذلك لآيات لقوم يسمعون ﴾ . ( الروم : ٢٣ )

● ﴿ هو الذى جعل لكم الليل لتسكنوا فيه والنهار مبصرا ، ان فى ذلك لآيات لقوم يسمعون ﴾ . ( يونس : ٦٧ )

● ﴿ وجعلنا نومكم سباتا . وجعلنا الليل لباسا . وجعلنا النهار معاشا ﴾ . ( النبا : ٩ - ١١ )

\*

٢ - دوافع بقاء النوع :

وكما اقتضت حكمة الله سبحانه وتعالى أن يوجد فى طبيعة تكوين

الإنسان دوافع فطرية تدفعه الى أنواع السلوك اللازمة لحفظ الذات ، فقد اقتضت حكمته كذلك أن يوجد في طبيعة تكوين الإنسان دافعين فسيولوجيين يدفعان الى القيام بنوعين هامين من السلوك يتوقف عليهما بقاء النوع . هذان الدافعان هما : الدافع الجنسي ، ودافع الأمومة .

فالدافع الجنسي يقوم بوظيفة هامة هي التناسل لبقاء النوع . وعن طريق الدافع الجنسي تتكون الأسرة التي تكون المجتمعات ، فتعمر الأرض وتزدهر الحضارة . والدافع الجنسي أساس تكوين الأسرة ، حيث يسكن كل زوج الى زوجه فيشعرا بالراحة والطمأنينة ، وتنشأ بينهما عواطف المحبة والمودة والرحمة ، مما يؤدي الى استمرار الحياة الزوجية في وفاق وتعاون ، ويهيئ المناخ المناسب لتنشئة الأطفال ورعايتهم وتكوين شخصياتهم تكويناً سليماً . وقد أشار القرآن الكريم الى ذلك في آيات عديدة نذكر منها :

● ﴿ والله جعل لكم من أنفسكم أزواجا وجعل لكم من أزواجكم بنين وحفدة ورزقكم من الطيبات .. ﴾ .

( النحل : ٧٢ )

● ﴿ ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا اليها وجعل بينكم مودة ورحمة ، ان في ذلك لآيات لقوم يتفكرون ﴾ .

( الروم : ٢١ )

● ﴿ هو الذي خلقكم من نفس واحدة وجعل منها زوجها ليسكن اليها .. ﴾ .

( الأعراف : ١٨٩ )

وشاءت حكمة الخالق سبحانه وتعالى أن يوجد أيضا في طبيعة تكوين الأم دافع فطري يهيئها للقيام برسالتها الهامة في الانجاب لبقاء النوع . وقد أشار القرآن الكريم الى ما تتحمله الأم من عناء الحمل والولادة ، ورعاية الطفل حتى ينمو ويصبح قادرا على العناية بنفسه . كما يصف عواطف الأم ، وحبها لأولادها ، ولهفتها عليهم . قال تعالى :

- ﴿ ووصينا الانسان بوالديه احسانا ، حملته امه  
كرها ووضعتة كرها ، وحمله وفصاله ثلاثون شهرا ﴾ .  
( الاحقاف : ١٥ )

- ﴿ ووصينا الانسان بوالديه حملته امه وهنا على وهن  
وفصاله في عامين أن اشكر لى ولوالديك الى المصير ﴾ .  
( لقمان : ١٤ )

- ﴿ واصبح فؤاد ام موسى فارغا ، ان كادت لتبدي به لولا  
أن ربطنا على قلبها لتكون من المؤمنين ﴾ .  
( القصص : ١٠ )

\* \*

### ثانيا - الدوافع النفسية :

يذهب معظم علماء النفس المحدثين الى أن الدوافع النفسية هي في غالبيتها مكتسبة وليست فطرية ، ونتيجة تفاعلها مع خبرات الفرد وعوامل البيئة والثقافة التي يعيش فيها وتؤثر على تنشئته الاجتماعية . وقام « مازلو » باقتراح تصنيف جديد للدوافع يشمل « الدوافع الروحية » فقال بوجود نوعين من الدوافع أو الحاجات : حاجات أساسية ، وحاجات روحية . فالحاجات الأساسية هي التي سبق مناقشتها ، بينما تشمل الحاجات الروحية : العدل ، والخير ، والجمال ، والاتحاد ، والنظام . ويرى « مازلو » أن حاجات الانسان الروحية هي حاجات فطرية يتوقف على اشباعها تكامل نمو شخصية الفرد ونضجه<sup>(١)</sup> .

ولم يهتم علماء النفس المحدثون بدراسة الجانب الروحي من الانسان والحاجات الأساسية السامية التي تنبعث منه ، والتي هي أهم وأرقى الحاجات الانسانية باعتبارها أهم ما يميز الانسان عن غيره من الكائنات . ولقد انتقد « اريك فروم » علم النفس الحديث لاهتمامه في

(١) سيد عبد الحميد مرسى : النفس المطمئنة ، « سلسلة دراسات نفسية اسلامية (٢) » . ( القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨٣ ) ، ص ٧٣



أغلب الأحيان بدراسة نواح سطحية من سلوك الإنسان ، واغفاله دراسة مشكلات الإنسان وقيمه العليا وجوانبه الروحية . ويرى « فروم » أن الحاجات الروحية هي الأساس ، وينبغي أن يهتم علم النفس المعاصر بدراسة القيم الروحية وأن يرسخها ويعمقها في نفوس البشر وأن يضع أسسا للأخلاقيات الإنسانية . أن المعايير الأخلاقية ترتكز الى الصفات الفطرية في الإنسان ، ومن شأن أية مخالفة لهذه المعايير الخلقية أن ينشأ عنها اضطرابات انفعالية وعقلية<sup>(١)</sup> .

وسنناقش الآن باختصار أهم الدوافع النفسية .

#### ١ - دافع التملك :

إن دافع التملك من الدوافع النفسية التي يتعلمها الإنسان أثناء تنشئته الاجتماعية . فهو يتعلم منذ طفولته أن يملك ويحافظ على ألعابه وأدواته ولا يسمح لغيره من الأطفال أن يأخذها منه . ويتطور حبه للتملك من خلال خبراته الشخصية في مراحل نموه المختلفة ، فيحاول تملك المال والعقار والممتلكات التي تشبع حاجته الى الأمن - أى تأمين مستقبله ، ونراه يفضل العمل الثابت المستقر الذي يؤمن مستقبله .

وقد أشار القرآن الكريم في كثير من الآيات الى دافع التملك :

● ﴿ زين للناس حب الشهوات من النساء والبنين والقناطير المقنطرة من الذهب والفضة والخيل المسومة والأنعام والحرث ، ذلك متاع الحياة الدنيا ، والله عنده حسن المآب ﴾ .

( آل عمران : ١٤ )

● ﴿ المال والبنون زينة الحياة الدنيا ﴾ .

( الكهف : ٤٦ )

---

(١) E. Fromm; Man for Himself : An Inquiry into the

Psychology of Ethics . ( New York : Rinehart, 1947 ) , pp. 6-7.

- ﴿ وتحبون المال حبا جما ﴾ . ( الفجر : ٢٠ )
- ﴿ .. وآمدناكم بأموال وبنيين وجعلناكم أكثر نفيرا ﴾ . ( الاسراء : ٦ )

\*

## ٢ - دافع التنافس :

التنافس من الدوافع النفسية المكتسبة التي يتعلمها الانسان من البيئة والثقافة التي ينشأ فيها . وقد يتعلم الفرد خلال نشأته التنافس الاقتصادي ، أو التنافس العلمي ، أو الثقافي ، أو الاجتماعي ، أو غير ذلك من أنواع التنافس السائدة في مختلف الثقافات . وقد حث القرآن الكريم على تنافس الناس في تقوى الله ، والعمل الصالح ، والتمسك بالقيم والمبادئ الانسانية ، واتباع المنهج الرباني في علاقاتهم بالخالق سبحانه وتعالى وفي علاقاتهم بالآخرين حتى يحظوا بمغفرة الله ورضوانه . قال تعالى :

- ﴿ ان الأبرار لفي نعيم . على الأرائك ينظرون . تعرف في وجوههم نصرة النعيم . يسقون من رحيق مختوم . ختامه مسك ، وفي ذلك فليتنافس المتنافسون ﴾ . ( المطففين : ٢٢ - ٢٦ )

- ﴿ سابقوا الى مغفرة من ربكم وجنة عرضها كعرض السماء والأرض أعدت للذين آمنوا بالله ورسوله ، ذلك فضل الله يؤتيه من يشاء ، والله ذو الفضل العظيم ﴾ .

( الحديد : ٢١ )

- ﴿ فاستبقوا الخيرات ، الى الله مرجعكم جميعا .. ﴾ . ( المائدة : ٤٨ )

\*

## ٣ - دافع الانجاز :

تتمثل مشكلة « الدافعية للعمل والانجاز » في أن الانسان لا يعمل بكل طاقاته ، اذ يميل غالبا الى أن يبذل مجهودا أقل مما يستطيع أن يبذله ، ونجد أن اقتناجه لا يتكافأ مع قدراته وامكانياته .

وكان « هوايت »<sup>(١)</sup> يرى أن من أسس الدافعية أن يهتم الانسان بمعرفة ما يدور حوله فى العالم وأن يحصل منه على ما يريد ، ولاحظ أن الناس يرغبون فى فهم بيئتهم الطبيعية والاجتماعية والتعامل معها . فهم يودون أن تتاح لهم المقدرة على جعل الأشياء تحدث ، أى يتدعوا . وقد عبر « هوايت » عن هذه الرغبة فى الانشاء والتكوين والابداع « بدافع الجدارة » ( الأهلية ) .

ويتوافر لدى كل شخص « دافع الانجاز » بدرجة ما ، ولكن هناك بعض الناس نجدهم أكثر تهيؤا باستمرار للانجاز عن غيرهم . ان معظم الناس مستعدون لبذل المزيد من الجهد فى أعمالهم اذا واجهوا تحديات لتحقيق الانجاز المنشود . وكلما كان دافع الانجاز قويا فان الاحتمال يزداد بأن يفرض الشخص على نفسه الكثير من الالتزامات . واننا نجد الشخص المتوفر لديه دافع الانجاز القوى لا يتوقع أية اثابة ، اذ يكفيه الانجاز فى حد ذاته ... فهو يجد المتعة والسعادة فى كسب الموقف وتحدى المواجهات الصعبة<sup>(٢)</sup> .

وقد حث القرآن الكريم على العمل والانجاز فى مواقف كثيرة ، قال تعالى :

- ﴿ وقل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون ٠٠ ﴾ ( التوبة : ١٠٥ )
- ﴿ ان الذين آمنوا وعملوا الصالحات انا لا نضيع اجر من احسن عملا ﴾ ( الكهف : ٣٠ )
- ﴿ من عمل صالحا من ذكر أو أنثى وهو مؤمن فلنحيينه حياة طيبة ، ولنجزينهم اجرهم باحسن ما كانوا يعملون ﴾ ( النحل : ٩٧ )
- ﴿ ولكل درجات مما عملوا ، وليوفيهم أعمالهم وهم لا يظلمون ﴾ ( الأحقاف : ١٩ )

\* \* \*

---

(١) R. White; « Motivation Reconsidered : The Concept of Competence . Psychological Rev. 66,5,1959.

(٢) D. Mc Clelland ; The Achievement Motive. ( New York : Appleton Century - Crofts, 1953 ).



## الفصل الثاني

### الإنفس البشرية في سوائها وانحرافها

- المفاهيم الأساسية للصحة النفسية.
- التوافق النفسي .
- الشخصية بين السواء والانحراف.
- الصراع بين الدوافع .
- السيطرة على الدوافع .
- انحراف الدوافع .
- الانفعالات .



## المفاهيم الأساسية للصحة النفسية

عرفت هيئة الصحة العالمية « الصحة » بأنها « حالة السلامة الكاملة فى النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية ، وليست مجرد الخلو من الأمراض أو التشوهات »<sup>(١)</sup> . وفى إطار هذا المفهوم نجد أنه على الرغم من أن اللياقة البدنية هى احدى المقومات الأساسية للصحة ، الا أنه كى يكون الفرد سليم الصحة ينبغى أن يتمتع بقدرات عقلية كاملة مع قدرته على التوافق الاجتماعى .

ان العلاقة بين النفس والجسم قديمة قدم تاريخ الفكر الانسانى ، اذ يرجع أثر العوامل النفسية على الجسم الى زمن قديم . فقد أشار « بريل » الى أن « هيبوقراط » ( أبو الطب ) قد استطاع شفاء ملك مقدونيا من مرضه الجسمى عندما قام بتحليل أحلامه<sup>(٢)</sup> . ويعكس هذا دون شك مدى ادراك « هيبوقراط » للعلاقة بين النفس والجسم . ولكن مشكلة النفس والجسم لم تكن بهذه البساطة ، بل اختلف الفلاسفة فى رأى من حيث العلاقة بين النفس والجسم والاعتراف بها أو الفصل بينها . فيذهب « أرسطو » الى أن الانفعالات مثل الغضب والخوف والفرح والبغض لا يمكن أن تصدر عن النفس وحدها ، ولكنها تصدر عن مركب النفس والجسم ، ويستطرد قائلاً بأنه فى نفس الوقت الذى يحدث فيه انفعال نفسى يحدث تغير فى الجسم<sup>(٣)</sup> وهكذا نلمح فى

---

(١) Labib, F. « Principles of Public Health » , Cairo, (١)

Sherif Booksho p, 1971. p. 1.

(٢) مصطفى زيور ، فصول فى الطب السيکوسوماتى ، مجلة علم النفس ، العدد الأول ، ١٩٤٥ ، ص ١٣

(٣) يوسف كرم ، تاريخ الفلسفة اليونانية ، ط ٤ ، لجنة التأليف والترجمة والنشر ، ١٩٥٨ ص ١٣

أعمال كل من « هيبوقراط » و « أرسطو » ما يشير الى أن أثر النفس على الجسم يؤدي الى سوء توافق الانسان فى حياته •

ولقد فطن العرب الى ما للأعراض النفسية من أثر فى احداث تغييرات بدنية وأمراض جسمية ، وفى اعاقه الشفاء أو تعجيله مما قد يهدد توافق الانسان • وفى هذا المعنى يقول الطبيب « ابن العباس المجوسى » فى كتابه « كامل الصناعة الطبية » ( الجزء الثانى ص ١٨ ) ما يأتى :

« فأما الأعراض النفسانية فانه قد ينبغى أن لا يدمن الانسان على الغم ولا يستعمل الغضب ولا يكثر من الهم والفكر ولا يستعمل الحسد فان ذلك كله مما يغير مزاج البدن ويعين على انتهاكه • ومن كان مزاجه حاداً فان هذه الأعراض تولد الحميات الرديئة • فلذلك قد ينبغى أن يتجنب الانسان الأعراض النفسانية كلها وأن يلهم نفسه الفرح والسرور ، فانه يقوى الحرارة الغريزية ويحركها الى ظاهر البدن ويزيد فى النشاط ويقول النفس » (١) •

والواقع أن الطب القديم كان يهتم بأمر المريض وأحواله النفسية اهتمامه بأمر المرض ، على خلاف الطب الحديث عامة الذى يقصر اهتمامه على البحث عن الأسباب العضوية فحسب دون الاهتمام بحالة المريض من الوجهة النفسية ، مكتفياً باعطاء المسكنات عندما يكون بصدد مريض عصبى المزاج • وقد حدثت فى السنوات الأخيرة حركة علمية جديدة تستهدف توجيه عناية الطبيب الى المريض من حيث هو انسان ، لا من حيث هو مجموعة أعضاء فحسب ، وتعرف هذه الحركة بـ « الطب السيکوسوماتى » أى الطب الجسمى النفسى » (٢) •

(١) يوسف مراد ، مبادئ علم النفس العام ، ط ٣ ، دار المعارف ، ١٩٦٧ ، ص ١٣٠ - ١٣٢

(٢) مصطفى زيور ، فصول فى الطب السيکوسوماتى ، مجلة علم النفس ، العدد الاول ، ١٩٤٥



وسنناقش فيما يلي المفاهيم المختلفة للصحة النفسية في ضوء ما أسفرت عنه أهم الدراسات والبحوث في هذا المجال :

**أولاً -** إذا ما ناقشنا مفهوم « الصحة النفسية » في إطار الظروف الاجتماعية التي تؤدي إلى الصحة النفسية السليمة ، فإنا نجد قصورا في هذا المجال . وعلى قدر معرفتنا فإنه لا يوجد تعريف له دلالة نفسية قوية اجرائية في هذا الصدد يصف لنا المقصود بمصطلح « الصحة النفسية » . وعلى أى الحالات فإن استنباط معايير تستخدم كموازين ( محكات ) للحكم على الصحة النفسية للفرد هي شيء ضروري إذا ما رغبتنا في التعرف على الظروف الاجتماعية التي تحقق الصحة النفسية . وفي هذا المجال يبدو من المعقول أن نختبر بعض الامكانيات التي تساعد على وضع تلك المعايير والتي تلخص في خمس قضايا أساسية لها قيمتها وهي :

(١) الخلو من المرض العقلي .

(٢) السلوك السوى .

(٣) التوافق مع البيئة .

(٤) توحيد الشخصية وتكاملها .

(٥) الإدراك الصحيح للواقع . وسنناقش هذه المعايير فيما يلي<sup>(١)</sup>:

**١ - الخلو من المرض العقلي :** هناك اتفاق عام على أن الخلو من المرض العقلي ضرورة لازمة لتوافق الصحة النفسية . وعلى أى الحالات فإن تعريف المرض العقلي يواجه بعض الصعوبات . . . فعلماء الاثروبولوجيا يحدثوننا عن بعض الثقافات التي تنظر الى ما تعتبره الثقافة الغربية أعراضا لأمراض عقلية أو نفسية هو سلوك مقبول في الثقافات الأخرى . وهناك الكثير من الأمثلة التي تشير الى أن تقويم السلوك واعتباره

---

Jahoda, M., « Toward a Social Psychology of Mental Health » in A. Rose (ed.) ; **Mental Health and Mental Disorder**. New - York, Morton, 1955, pp. 559 - 566.

سويا أو منحرفا يعتمد أساسا على المعايير الاجتماعية المتعارف عليها  
فى المجتمع .

والخلاصة أن الوصول الى تعريف محدد للمرض النفسى أو العقلى  
لا يحل المشكلة بل قد يضيف مشكلات أخرى . ويبدو من المعقول أنه  
من الأفضل أن نعالج مفهوم الصحة النفسية بطريقة أكثر ايجابية .

٢ - السلوك السوى : اذا نظرنا الى الشخص السوى باعتباره من  
يتقبله أكبر مجموعة من أفراد مجتمعه ، كإن معنى ذلك - ولو ظريا -  
أن نعطى كل فرد درجة فى الصحة النفسية أو المرض النفسى تقابل الدرجة  
التي يحصل عليها من حيث مدى تقبله من أفراد مجتمعه . وهذه هى  
الفكرة الاحصائية فى معنى السلوك السوى أو الشخصية السوية ، وهى  
الفكرة التي تعتمد على ايجاد معايير معينة مستمدة بشكل ما من البيئة  
التي ينتمى اليها الفرد . وتستخدم هذه المعايير لقياس درجة السواء  
أو الانحراف على الأسس التي ذكرناها .

وعلى فرض أن هذا القياس ممكن بالنسبة للشخصية ، الا أنه  
يتضمن فكرتين أساسيتين تجعلانه غير مفيد كمنهاج فى تحديد مفهوم  
الشخصية السوية بالنسبة لدرجة تقبل الشخص فى جماعة معينة ،  
فإننا نتوقع أن تختلف المقاييس باختلاف المجتمعات أو باختلاف  
الثقافات التي تسود هذه المجتمعات . فان ما يعتبر مألوفاً ولائقاً  
أو مقبولا فى مجتمع ما أو فى ثقافة معينة قد ينظر اليه على أنه خروج  
على المألوف فى ثقافة أخرى . فالأفكار والآراء والاتجاهات تختلف  
بتغير البيئات والثقافات المختلفة . وبذلك تصبح الشخصية السوية  
والسلوك السوى أمرا نسبيا ليس له حدود أو شروط أو مقاييس  
معينة .

أما الفكرة الثانية التي تتضمنها هذه النظرة الاحصائية الى الشخصية  
السوية فهي أنه ما دام الحكم على الشخصية يتوقف على رأى الجماعة  
التي ينتمى اليها الفرد ، كان ذلك معناه أن على الفرد كى يكون سويا أن

يتفق اتفاقا تاما مع المجتمع الذى يعيش فيه . ولكن هذا لا يحدث فى أغلب الأحيان ، وقد يتطلب الأمر من الشخص سوى أن يعارض المجتمع بصورة أو بأخرى سواء فى الأوضاع أو التقاليد أو الأفراد الذين يشكلون المجتمع . وعلى ذلك فإن هذا المعيار لا يصلح كأساس للصحة النفسية .

٣ - **التوافق مع البيئة** : يتخذ هذا التوافق طريقا إيجابيا ، ويتضمن تنمية التوافق بين الحاجات الشخصية والظروف الاجتماعية . انه يرتبط بقدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذى يعيش فيه ، وهذا يؤدي الى التمتع بحياة خالية من الاضطرابات مليئة بالتحمس . وهنا يرضى الفرد عن نفسه ، فلا يبدر منه ما يدل على عدم التوافق الاجتماعى ، ويسلك سلوكا مقبولا يدل على الاتزان فى مختلف المجالات وتحت تأثير جميع الظروف .

ان شخصا هذا نمطه يعتبر من وجهة نظر الصحة النفسية شخصا سويا ، لأنه يتميز بالقدرة على السيطرة على العوامل التى تؤدي الى الاحباط . ان مثل هذا الشخص يتمتع بقدر كاف من الصحة النفسية ، بحيث يمكنه أن يعيش فى وفاق ووئام مع نفسه ومع غيره فى محيط الأسرة أو الدراسة أو العمل أو المجتمع العام<sup>(١)</sup> .

٤ - **توحيد الشخصية وتكاملها** : ان الذى يميز الشخصية السوية عن غيرها ليس هو شكل السلوك ذاته وانما وظيفة هذا السلوك أو ما يحققه من أهداف فالسلوك السوى الذى يميز الشخصية المتكاملة هو الذى يحقق مواجهة واقعية للمشكلات أو الصراع وليس هروبا منها . واذا قلنا بأن السلوك السوى الذى يميز الشخصية المتوحدة المتكاملة هو السلوك البناء ، واذا كان علينا أن نقيم تصورا للشخصية على أساس أخلاقى ، فلا بد أن يكون هذا الأساس نفسه مستمدا من فلسفة

(١) مصطفى فهمى ، الانسان وصحته النفسية ، مكتبة الانجلو المصرية ، ١٩٧٠ ص ١٢٢ - ١٢٣

طبيعية تجريبية . يتفق مع ما أفاده الإنسان من حكمة جمعها من خبرة  
الإنسانية خلال العصور .

هـ - الإدراك الصحيح للواقع : إن الإدراك الصحيح للواقع -  
متضمنا المفهوم الواقعي للذات - يعتبر معيارا مفيدا للصحة النفسية .  
فلكى يكون التوافق مع البيئة ايجابيا فانه ينبغي أن يركز الى الإدراك  
الواقعي للبيئة .

ولكى يستمر توحيد الشخصية وتكاملها وتستمر فى مواجهة  
صراعات الحياة فمن الضروري أن تستند الى المفهوم الصحيح للذات .  
وتقوم « نظرية الذات » على أساس أن « الذات » هى المحور  
الرئيسى للخبرة التى تحدد شخصية الفرد . وتتكون الذات خلال التفاعل  
المستمر بين الفرد والبيئة التى يعيش بها ، وخاصة ذلك الجزء من البيئة  
الذى يتشكل من الآخرين المحيطين بالفرد ، باعتبار أنهم مصدر لاشباع  
الفرد أو لاجباطه . فمن خلال تقدير الآخرين للفرد ومن اشباعهم له  
أو اجباطهم اياه ، ومن ثوابهم وعقابهم للفرد ، ومن تقبلهم للفرد أو فسخهم  
اياهم ، يكون الفرد فكرته أو مفهومه عن ذاته . ويتكون هذا المفهوم  
بشكل ثابت مستقر من مجموعة منتظمة من الصفات والاتجاهات  
والقيم<sup>(١)</sup> .

وينظر الفرد الى كل خبرة لا تتسق مع ذاته على أنها تهديد له  
ولوحدة ذاته التى يسعى لتحقيقها ، ولذلك ينكر الفرد الإدراك الذى  
لا يتفق مع المفهوم الذى كونه عن ذاته . وكلما زاد ادراك الفرد للتهديد  
عمد الى تدعيم وسائل الدفاع ، فيموه من الحقائق التى تتعارض  
مع فكرته عن ذاته ويباعد بين ذاته وبين الواقع ، ويقف جامدا ازاء  
الصورة المشوهة التى كونها عن نفسه . فتقل بذلك امكانيات  
التوفيق بين الذات والخبرات التى لا تتفق معها ، كما تقل فرص تعديل

---

(١) Rogers, C., Olient - centered Therapy . Boston, (١)  
Houghton - Mifflin, 1951 , II.

الفكرة من الذات مما يكون نتيجة في النهاية انعدام التوافق ، فيقع الفرد  
فريسة للمرض النفسى .

من خلال المناقشة السابقة للمعايير الفردية للصحة النفسية ، يمكن  
أن نخلص بثلاثة معايير للرجوع إليها عند الحكم على الصحة النفسية  
لل فرد ، وهى :

( أ ) التوحد الايجابى مع البيئة ، أو محاولة السيطرة عليها ،  
بمقارنتها بعدم القدرة على التوافق أو التوافق غير السليم من خلال  
التقبل السلبى للظروف البيئية .

(ب) توحد الشخصية ، بمعنى المحافظة على التكامل الداخلى  
والثبات للشخصية ومرونة السلوك الناتج من التوافق الايجابى للفرد .  
(ج) القدرة على الادراك الصحيح للذات وللعالم الخارجى .

\* \*

ثانيا - قام « مازلو » ( Maslow ) ببحث متعمق وشامل لجماعة  
من الأشخاص حققوا ذواتهم ، كان بعضهم شخصيات تاريخية مثل  
« لنكولن » و « جيفرسون » و « بيتهوفن » ، على حين كان البعض  
الآخر لا يزال على قيد الحياة عند القيام بهذه الدراسة أمثال « روزفلت »  
و « آينشتين » وغيرهم . وقد درسهم « مازلو » دراسة اكلينيكية للكشف  
عن الخصائص المميزة لهم عن باقى الناس العاديين ، فظهر له أن السمات  
المميزة لهم هى (١) :

- ١ - أن لهم اتجاها واقعيا .
- ٢ - أنهم يتقبلون أنفسهم والآخرين كما هم وكذا العالم الطبيعى  
بحالته .
- ٣ - أنهم على قدر كبير من التلقائية .
- ٤ - أنهم يتركزون حول المشاكل بدلا من أن يتركزوا حول  
أنفسهم .

(١) فرج أحمد فرج ، قدرى محمود حنفى ، لطفى محمد فطيم  
( ترجمة ) نظريات الشخصية ( تأليف هول ولندزى ) الهيئة المصرية العامة  
للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٤٢٥ - ٤٢٦

- ٥ - أنهم على قدر من الانفصال والحاجة الى الخصوصية .
- ٦ - أنهم يتسمون بالاستقلال الذاتى .
- ٧ - أن تقديرهم للأفراد والأشياء متجدد ، دون نمطية جامدة .
- ٨ - لمعظمهم خبرات روحية أو غيبية عميقة .
- ٩ - أنهم يتوحدون بالبشرية كلها .
- ١٠ - أن اتجاهاتهم وقيمهم ذات طابع ديمقراطى .
- ١١ - أن علاقاتهم القوية بأشخاص قليلين يكون لهم حبا خاصا
- يغلب أن تكون عميقة وذات طابع انفعالى عميق .
- ١٢ - أنهم لا يخلطون بين الغاية والوسيلة .
- ١٣ - أن روح المرح لديهم ذات طابع فلسفى ، وليست عدائية .
- ١٤ - أنهم مولعون بالخلق والابتكار .
- ١٥ - أنهم يقاومون الامتثال للثقافة والخضوع لها .

وقد اختار « مازلو » الطريقة المباشرة ، فدرس الأصحاء من الناس الذين تتجلى وحدة شخصياتهم وكيبتها بوضوح أكثر ، بوصفهم أشخاصا حققوا ذواتهم . وفى رأى « مازلو » أن الشخص لا يستطيع تحقيق ذاته حتى يكون لديه تاريخ غنى بأشباع حاجات أساسية معينة ، وإذا تحققت أو أشبعت هذه الحاجات تماما فانه يستطيع أن يوجه طاقاته لمهمة تحقيق الذات - للاتجاه العلمى ، أو العمل الفنى ، أو العمل التنظيمى ، أو أية مواهب أخرى يحملها (١) .

\* \*

ثالثا - أن طبيعة الصحة النفسية تتضمن ما يأتى (٢) :

- ١ - أن الصحة النفسية ليست عكس المرض العقلى . فليس معنى الخلو من الأمراض النفسية الشديدة بالضرورة التمتع بالصحة النفسية

(١) حسن الفقى ، وسيد خير الله ( ترجمة ) ، الشخصية بين الصحة

والمرض ، ( تأليف م. جورارد ) مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٧٣ ، ص ٩

(٢) Szaz, T., « The Myth of Mental Health » , Amer.

Psychologist, 15, 1966, p. 113 - 118.

السليمة ، اذ أن هناك درجات متفاوتة من الصحة النفسية ، كما هي الحال بالنسبة للصحة الجسمية .

٢ - لا تماثل الصحة النفسية - في كثير من جوانبها - الصحة الجسمية .

٣ - لا يمكن تعريف الصحة النفسية وفقا لمعايير عامة أو عالمية ، فالمرض يشير الى الانحراف عن بعض المعايير الواضحة المحددة المتعارف عليها ، وأيا كانت هذه المعايير ، فهناك اتفاق على أن المعايير تحدد من خلال مفاهيم نفسية - اجتماعية ، وخلقية متعارف عليها في البيئة والمجتمع الواحد .

وترى « جاهدودا »<sup>(١)</sup> ( Jahoda ) أنه ينبغي أن يوضع في الاعتبار الجوانب الآتية عند الحكم على شخص بأنه يتمتع بالصحة النفسية السليمة : الاتجاهات نحو الذات ، النمو والتطور ، تحقيق الذات ، تكامل الشخصية ، استقلال التفكير ، ادراك الواقع ، والسيطرة على البيئة .

وتتضمن أهداف تحقيق الشخصية السوية المشاعر الايجابية نحو الذات ، والادراك الواقعي للذات وللآخرين ، والاتصال بالآخرين والارتباط بهم وتكوين علاقات معهم ومع البيئة ، والاستقلال ، وجب المعرفة والابتكار ، والقدرة على مواجهة الاحباط والمحن والأزمات ومحاولة التغلب عليها<sup>(٢)</sup> .

ويرى « البورت »<sup>(٣)</sup> ( Allport ) أنه من الجوانب السوية

---

(١) Jahoda , M. (ed.) **Current Concepts of Positive Mental Health**, New - York . Basic Book, 1958, I.

(٢) Biber, B.; « Integration of Mental Health Principles in th school setting . » , in G. Caplan ( ed. ) **Prevention of Mental Disorders in Children**, New - Yirk ; Basic Books, 1961, pp 323 - 325.

(٣) Allport, G; **Patterns and Growth of Personality**. (٣) New - York, Holt, 1961, I.

الصحية أن يعتنق الفرد فلسفة لحياته تنطوى على العلاقات العميقة المشبعة بالنسبة لذاته وللآخرين ، وأن ينظر الى الكائنات البشرية بعمق واعتبار .

ويعتبر « سميث »<sup>(١)</sup> ( Smith ) أن القيم الاجتماعية وطبيعة الثقافة والحضارة من العناصر الهامة في تقرير الصحة النفسية .

وتحدد « الجمعية القومية للصحة النفسية »<sup>(٢)</sup> ( National Association for Mental Health ) بعض خواص الذين يتمتعون بصحة نفسية جيدة بالآتي : الشعور بالارتياح والتقبل نحو الذات ، الشعور يتقبل الآخرين ، والقدرة على مواجهة مطالب الحياة .

ويمكن أن نستخلص تعريفا للصحة النفسية من خلال الآراء والمفاهيم المختلفة للصحة النفسية يتلخص في الآتي : « يقصد بالصحة النفسية قدرة الفرد على أداء وظيفته في الحياة بنجاح من خلال أهدافه وامكانياته والفرص المكفولة له ، وفي اطار بيئته الاجتماعية والاقتصادية<sup>(٣)</sup> . ويمكن تعريف الشخص الذي يتمتع بصحة نفسية سليمة بأنه ذلك الذي :

- ١ - يتقبل ذاته ويقدرها بواقعية واتزان ، ويشعر بكفاءة ، ويتعرف على نواحي قصوره وي بذل جهده للتغلب عليها أو تحسينها .
- ٢ - يقوم ذاته بواقعية ، ويحدد لنفسه أهدافا واقعية في اطار امكانياته .
- ٣ - يتقبل المسؤولية لادارة شئون حياته واتخاذ قراراته .

---

(١) Smith, M.; « Research Strategies toward a Concetion of Positive Mental Health , » Amer. Psychologist; 14, 1959, p. 673.

(٢) National Association for Mental Health Facts about Mental Illness, New - York , Natianal Assn. for Mental Health, 1966.

(٣) Ringness, T.; Mental Health in the schools . New - York, Random House, 1963 , pp. 12 - 13.



٤ - يتصف بالمرونة والاتزان والثبات فى اتجاهاته وأهدافه ومثله .

٥ - يستطيع أن يصمد للضغط وأن يتحمل بعض القلق ، ويتغلب على تأثير الاحباط والأزمات .

٦ - يستطيع أن يتعامل مع الآخرين ، وأن يضع مصلحة المجتمع فوق كل اعتبار .

٧ - ينشد الاستقلال فى التفكير والفعل واتخاذ القرار وإدارة شئون حياته ، وأن يتحرر من الجمود والأفانية .

٨ - يحاول حل مشكلاته بدلا من الهروب منها أو اللجوء الى الحيل الدفاعية بكثرة .

\* \*

رابعاً - يرى « شافر وشوبن »<sup>(١)</sup> ( Shaffer and Shoben ) أن الصحة النفسية تستهدف الحيولة دون التوافق غير المتكامل والمحافظة على الحياة السوية للأفراد ومساعدتهم فى التغلب على نواحي سوء توافقهم .

هناك فرق جوهري فيما بين المرض النفسى الفردى والاجتماعى ، مما يستلزم التفرقة بين مفهومين أساسيين : مفهوم القصور ، ومفهوم العصاب . فعندما يخفق الفرد فى تحقيق الحرية والتلقائية يعتبر أنه يعانى قصورا شديدا ، على أساس افتراضنا أن الحرية والتلقائية هى الأهداف النهائية التى ينبغى أن يحققها كل انسان . وإذا لم تستطع غالبية الأعضاء فى أى مجتمع تحقيق هذا الهدف ، فالتنا حينئذ نواجه مشكلة « قصور نمطى اجتماعى »<sup>(٢)</sup> .

---

(١) Shaffer, L., and Shoben, E., Jr The Psychology of Adjustment ( 2nd ed . ) Boston, Houghton - Mifflin, 1956, p. 423.

(٢) Fromm, E.; The sane society , New - york Rinehart. (٢) 1955. p. 15.

ويمكن القول بأن مفهوم الصحة النفسية ينطلق من خلال ظروف الوجود الانساني الذي لا يختلف بالنسبة للفرد باختلاف العصور والحضارات . وتتميز الصحة النفسية السليمة بالقدرة على الحب والبناء والابتكار ، وبالارتباط الوثيق بالعشيرة والوطن والشعور بالتوحد القائم على أساس خبرة الفرد من حيث ممارسة امكانياته ، وإدراك الواقع داخل أنفسنا وخارجها ، بمعنى تنمية الموضوعية والتعقل والمنطق في تفكيرنا<sup>(١)</sup> .

وترى « روث بنيدكت »<sup>(٢)</sup> ( Ruth Benedict ) أن حالة الصحة النفسية ليست سوى اتفاقا تعرضيا للحساسية الفردية نتيجة لوجود الفرد تحت ضغط المجتمع الذي يعيش فيه . فلكي نفهم سلوك الفرد ليس هناك ما يدعو لأن تتبع تاريخ حياته واتجاهاته ثم تقيسها بمعيار الصحة النفسية ، وإنما ينبغي أن نعرف مدى استجابته وتفاعله مع سلوك الآخرين في شتى المنظمات الموجودة في ثقافته وبيئته .

إن من يسلكون بطريقة غير ملائمة في المجتمع ليسوا هم « الشواذ » ، بل قد لا يخرجون عن كونهم حرموا التوجيه السليم والتأييد من النظم السائدة في ثقافتهم . . . . . أننا قد ننظر الى أحد مظاهر السلوك على أنه يشير الى وجود مرض نفسي ، بينما قد يشير هذا النمط من السلوك الى الصحة النفسية السوية في مجتمع آخر .

ينبغي أن ندرك ثلاث نقاط هامة قبل أن نصدر حكمتنا على سلوك ما بأنه سوى أو شاذ<sup>(٣)</sup> :

---

(١) Fromm, E.; Op. Cit., p. 69.

(٢) Benedict , R., **Patterns of Culture**. New - York. Amer. Library, 1956. pp . 234 - 235.

(٣) Redlich, F.; « The concept of Mental Health in Psychiatry » in A. Leighton, et. al. ( eds. ) ; **Explorations in Social Psychiatry** . New - York , Basic Books, 1957, pp. 145 - 146.

١ - الدافعية .. فالفرق بين غسل الانسان ليديه بصورة طبيعية وبين غسله لهما نتيجة وساوس قهرية يتوقف على الدافع الى هذا السلوك .

٢ - دراسة المجال الذي يحدث فيه السلوك .. مثال ذلك اذا شاهدنا رجلا يسير في أحد الشوارع الرئيسية للمدينة في فصل الشتاء وهو يرتدى ملابس البحر فاننا نعتبر سلوكه شاذا ، أما السلوك ذاته فانه طبيعي وسوى اذا ما حدث على شاطئ البحر صيفا .

٣ - والنقطة الثالثة تختص بسؤال : من الذي يحكم على السلوك؟ فأيهما أقرب الى الحقيقة .. أن يصدر الحكم خبير متخصص كالطبيب النفسي أو المعالج النفسي ، أو يترك الحكم للجمهور أو للرأى العام ؟

أوضح العالم الأثروبولوجي « هونيجمان »<sup>(١)</sup> ( Honigmann ) بعض الآراء التي تساعد على ازالة الخلط بين الانحراف الاجتماعي الثقافي والسلوك الشاذ من وجهة نظر الطب النفسي . فذكر أنه بينما نجد الانحراف يتقرر موقفيا بالنسبة للمعايير السائدة في مجتمع ما ، فان السلوك الشاذ من وجهة نظر الطب النفسي متعارف عليه عالميا من حيث موازين الأعراض التي لا تتأثر بالثقافة ولكنها ثابتة عالميا .

ويشير « هونيجمان » الى أن السلوك المنحرف لا يحدث نتيجة للقلق الشديد ، أو التعطل الحسي أو الحركي ، أو تشويه الواقع وتحريفه ، وانما هو نتيجة لعدم استطاعة الفرد مجاراة ما تعارف عليه المجتمع من معايير للسلوك السوى . فالمنحرف يبدو جليا أنه منفصل عن معايير الجماعة . والكثير من أنماط السلوك الشاذ نفسيا ينتج عن

---

(١) Honigmann, G.; « Toward a Distinction Between Psychiatric and Social Abnormality Social Forces, 31, 1953 - pp. 274 - 277.

السلوك المنحرف اجتماعيا ، كما أن الكثير من أنماط الانحرافات تصاحبها أعراض الشذوذ النفسى .

وأشار « هوينجمان » الى الفرق بين المرض النفسى والسلوك السوى المأخوذ عن رأى « ماسرمان »<sup>(١)</sup> ( Masserman ) والذي يستخدمه معظم المعالجين النفسيين ، وقد لخصه « هوينجمان » فيما يأتى :

١ - حالات القلق الذى تتضح فى خفقان القلب ، والتنفس السريع أو صعوبة التنفس ، والارتعاد ، واحمرار الوجه أو شحوبه ، والذعر ، والشعور بالخطر الشديد الذى يطلق عليه « الخوف الناجم عن توقع حدوث كارثة » .

٢ - التعطل الحسى والحركى حيث يظهر الشخص عدم الاستجابة للمؤثرات الخارجية ، ويتضمن ذلك الأمراض السيكلوسوماتية والاستهداف للحوادث .

٣ - الدفاع الشامل ضد القلق ، مثل المخاوف المرضية (الفوبيا) ، والوسوسة والقهر ، والأفكار المتسلطة . وينجم هذا السلوك عن القلق ، وإن كان أقل حدة من القلق ذاته .

٤ - حالات الاضطراب النفسى ، التى تتراوح ما بين الاكتئاب البسيط والشديد ، وتتضمن أيضا التبدل الانفعالى أو الهياج المصحوب بالهوس .

٥ - تشويه الواقع ، ويتطلب هذا السلوك الاهتمام عند تقدير درجة هذا التحريف أو التشويه وأسبابه .

٦ - النكوص ، الذى يشير للارتداد الى مرحلة الطفولة ،

---

(١) Masserman ; J.; Principles of Dynamic Psychiatry  
Philadelphia; Saunders, 1946 .

والانسحاب من المواقف الاجتماعية ، والعدوان الشديد • وقد يمثل  
النكوص العزوف عن الالتزام بالمطالب الاجتماعية •

٧ - عدم القدرة على ادراك الواقع أو تفسيره أو فهمه •

\*\*\*

#### خامسا - نقد مفهوم الصحة النفسية :

ان التعاريف الايجابية للصحة النفسية التي سبق عرضها والتي  
تمثل آراء الكثيرين من علماء النفس والأثروبولوجيا والعلاج النفسى،  
انما تمثل آراء واضحة ومقبولة لدى العلماء السلوكيين من حيث  
ملاءمتها وصلاحياتها للتطبيق وفقا لموازين علمية •

وفى الوقت الحاضر فشل المدخل الاكينيكي والتعريف الايجابى  
للصحة النفسية فى اقناع العلماء السلوكيين بصحة هذه التعاريف  
وفائدتها • ويتلخص النقد الموجه فى النقاط الآتية :

١ - يميل هذا المدخل الى فصح عرى الصلة الوثيقة والعلاقات  
المتبادلة بين الفرد والمجتمع ، وقد ذكر أحد التقارير ما يأتى (١) :

« ان الصحة النفسية الايجابية فكرة أخلاقية ومثالية ، وقد  
أصبحت الشغل الشاغل للمثقفين الأمريكيين فى الوقت الحاضر • فهى  
بالنسبة لهم تطلع الى الكمال والانجاز والسعادة والانتاجية وتحقيق  
الذات • فالشخص السوى على هذا الأساس هو المتكامل الشخصية  
والقادر على الملاءمة بدلا من التوافق ، وهو يتميز بالاستبصار والقدرة  
على تحقيق الذات والتعبير عنها ، كما يتقبل ذاته • واذا ما تميز الشخص  
بهذه الصفات فانه يصبح قادرا على السلوك المتكامل والولاء والالتزام

(١) Cummings, E.; « A Review article - The Report  
of the Joint Commission on Mental Illness. and Health Social  
Problems, 9. 1962, pp. 391 - 400.

الخلقى والشخصى • ولكن يبرز مفهوم آخر اذا نظرنا الى المعادلة من زاوية أخرى • فاذا كنت أتمتع بصحة نفسية سليمة فأنى بالتالى أكون قادرا على أداء واجباتى ومسئولياتى ، ولكن أدائى لواجباتى ومسئولياتى لا يجلب لى بالضرورة الصحة النفسية » •

والخلاصة أن الصحة النفسية تتطلب توازنا بين الصفات الشخصية للفرد ومطالب المجتمع الذى يعيش فيه من خلال العلاقات المتبادلة فيما بين الفرد والمجتمع •

٢ - لم يمكن التعرف على معايير الكلينية للسلوك غير مقيدة بقيم معينة • ويحاول الأطباء النفسيون تحديد تعاريف لحالات المرض النفسى والعقلى عن طريق التشخيص بمثل ما يحدث فى حالات المرض العضوى ، اذ يحددون معايير ثابتة اذا انحرف عنها الفرد فمعنى ذلك وجود حالة مرض عقلى • ولكن لب الموضوع هو أن حالة الصحة النفسية أو المرض النفسى هى حقيقة يحكم بها فرد ما ، فمن الذى يصدر هذا الحكم ؟ انه المجتمع بطبيعته واتجاهاته وقيمه هو الذى يصدر هذا الحكم • وهناك تركيز لا يبراز أهمية الشخصية فى البيئة ، حيث ان الفرد لا ينشأ أو تنمو شخصيته فى فراغ ، وانما هو يتفاعل مع المجتمع من خلال العلاقات المتبادلة بينه وبين الآخرين مما يساعد على إبراز كيانه فى البيئة التى يعيش بها •

٣ - ان الانسان له كيان بيولوجى قائم بذاته ، كما أن التطور الاجتماعى الثقافى قد أوجد معنويات مختلفة ذات نظم خاصة • وكل من هذه النظم فريد فى نوعه وله متطلباته الوظيفية كالتكامل والتكيف، والمحافظة على النفس وغيرها • وقد يكون لهذه المتطلبات ما يناظرها فى نظم اجتماعية أخرى كما تحددها مشكلات اجتماعية أو بيئية لا دخل للفرد فيها •

\*\*\*

## التوافق النفسى

« التوافق النفسى » عملية دينامية مستمرة تتناول كلا من السلوك والبيئة - الطبيعية والاجتماعية - بالتعديل والتغيير ، حتى يتحقق توازن بين الفرد وبيئته • ويمكن اعتبار الصحة النفسية عملية توافق نفسى (١) •

وتتلخص أبعاد التوافق فى الآتى :

١ - **التوافق الشخصى** : ويتضمن السعادة مع النفس والرضا عنها ، وإشباع الدوافع والحاجات الأولية الفطرية والثانوية المكتسبة ، ويعبر عن سلم داخلى مع تجنب الصراع ، كما يتضمن كذلك التوافق لمطالب النمو فى مراحلها المختلفة •

٢ - **التوافق الاجتماعى** : ويتضمن تحقيق السعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع وبالمعايير الاجتماعية ، والامتثال لقواعد الضبط الاجتماعى وتقبل التغير الاجتماعى ، والتفاعل الاجتماعى السليم والعمل لخير الجماعة ، وتحقيق السعادة فى الحياة الأسرية •

٣ - **التوافق المهنى** : ويشمل الاختيار الملائم للمهنة المناسبة ، والاستعداد علما وتدريبيا لها ، والدخول فيها ، والانجاز السليم وتحقيق الكفاية الانتاجية ، بما يؤدي الى تحقيق الرضا والاشباع المهنى •

\*\*\*

### • عوامل التوافق النفسى :

يعمل الفرد دائما على تحقيق التوافق النفسى ، ويلجأ فى ذلك الى أساليب مباشرة وغير مباشرة تتلخص فى الآتى :

(١) حامد عبد السلام زهران ، الصحة النفسية والعلاج النفسى •

( القاهرة : عالم الكتب ، ١٩٧٤ ) ص ٣١

## أولاً - التوافق النفسى ومطالب النمو :

من أهم العوامل التى تساعد على حدوث التوافق النفسى المباشرة ، تحقيق مطالب النمو النفسى السوى فى جميع مراحله وبكافة مظاهره - جسميا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا - ويؤدى تحقيق مطالب النمو الى سعادة الفرد ، كما يساعد على تحقيق مطالب النمو الأخرى فى نفس المرحلة وفى المراحل التالية • وفيما يلى أهم مطالب النمو بصفة عامة<sup>(١)</sup> •

● نمو الامكانيات الجسمية الى أقصى حد ممكن واستغلالها • وتحقيق الصحة الجسمية ، وتكوين عادات سليمة فى الغذاء والراحة والوقاية الصحية ، وتعلم المهارات البدنية الضرورية للنمو السليم ، ومراعاة المحافظة على حسن المظهر الجسمى •

● النمو العقلى المعرفى واستغلال الامكانيات العقلية الى أقصى درجة ممكنة ، وتحصيل أكبر قدر ممكن من المعرفة والثقافة العامة وعادات التفكير السليم الواضح ، ونمو اللغة وسلامة التعبير اللفظى ، وتنمية الابتكار •

● النمو الاجتماعى بأقصى درجة ممكنة ، وتقبل الذات بواقعية والثقة بالنفس ، وتقبل الواقع وتكوين اتجاهات وقيم اجتماعية سليمة ، والنضج الاجتماعى ، والمشاركة البناءة فى الأسرة والجماعات المختلفة ، والاتصال اللازم فى محيط الأسرة والمجتمع ، والاندماج فى أنشطة اجتماعية ، وتحقيق النمو الأخلاقى والدينى القويم •

● النمو الانفعالى الى أقصى درجة ممكنة ، وتحقيق الصحة النفسية السليمة بكافة الوسائل ، واشباع الدوافع النفسية والاجتماعية •• كدوافع التحصيل والانجاز والتفوق والنبوغ ، واشباع

---

(١) المرجع السابق ، ص ٢٤



حاجات الأمن والانتماء والمكانة والاعتراف والتقدير والتوجيه وتحقيق الذات .

\* \* \*

### ● مطالب النمو في مرحلة الطفولة :

تتلخص هذه المطالب في الآتى :

١ - المحافظة على الحياة ، وتعلم المشى والحركة ، وتناول الطعام ، والكلام ، وتعلم ضبط الاخراج وعاداته ، والفروق بين الجنسين ، وتعليم المهارات الجسمية الحركية اللازمة لممارسة الألعاب والأنشطة العادية ، وتحقيق التوازن الفسيولوجى .

٢ - تعلم المهارات الأساسية فى القراءة والكتابة والحساب ، وتعلم المهارات العقلية المعرفية الأخرى اللازمة لشئون الحياة اليومية ، وتعلم الطرق الواقعية فى دراسة البيئة والتحكم فيها ، وتعلم قواعد الأمن والسلامة .

٣ - تعلم ما ينبغى توقعه من الآخرين وخاصة الوالدين والرفاق ، وتعلم التفاعل الاجتماعى مع الرفاق وتكوين الصداقات والاتصال بالآخرين والتوافق الاجتماعى ، وتنمية الضمير وتعلم التمييز بين الصواب والخطأ والخير والشر ومعايير الأخلاق والقيم ، والتوحد مع أفراد الجنس الواحد ، وتكوين اتجاهات سليمة نحو الجماعات والمؤسسات والمنظمات الاجتماعية ، وتكوين المفاهيم والمدرجات الخاصة بالحياة اليومية ، وتعلم المشاركة فى المسئولية ، وتعلم ممارسة الاستقلال الشخصى ، وتكوين مفاهيم بسيطة عن الواقع الاجتماعى ، ونمو مفهوم الذات واكتساب اتجاه ايجابى نحو الذات والاحساس بالثقة فى الذات وفى الآخرين .

٤ - تحقيق الأمن الانفعالى ، وتعلم الارتباط الانفعالى بالوالدين والاخوة والأقارب والرفاق ، وتعلم ضبط النفس والتحكم فى الانفعالات .

\* \* \*

## ● مطالب النمو في مرحلة المراهقة :

تتلخص في الآتى :

١ - نمو مفهوم سوى للجسم ، وتقبل الدور الجنسى السوى فى الحياة ، وتقبل التغيرات التى تحدث نتيجة النمو الجسمى والفسىولوجى والتوافق معها .

٢ - تكوين المهارات والمفاهيم العقلية الضرورية للمواطنة الصالحة . واستكمال التعليم .

٣ - تكوين علاقات جديدة طيبة ناضجة مع رفاق السن من الجنسين ، ونمو الثقة فى الذات والشعور الواضح بكيان الفرد ، وتقبل المسؤولية الاجتماعية ، وامتداد الاهتمامات الى خارج حدود الذات ، واختيار مهنة والاستعداد لها جسميا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا ، وتحقيق الاستقلال الاقتصادى ، وضبط النفس بخصوص السلوك الجنسى ، والاستعداد للزواج والحياة العائلية ، وتكوين المهارات والمفاهيم اللازمة للاسهام فى الحياة المدنية للمجتمع ، ومعرفة السلوك الاجتماعى المقبول وممارسته ، واختيار قيم ناضجة تتفق مع الصورة الواقعية للعالم الذى نعيش فيه وتنميتها ، واعادة تنظيم الذات والعمل على تنمية ضبط الذات .

٤ - بلوغ الاستقلال الانفعالى عن الوالدين وعن الكبار .

\*\*\*

## ● مطالب النمو في مرحلة الرشد :

وهى تتضمن ما يأتى :

١ - تقبل التغيرات الجسمية التى تحدث فى هذه المرحلة والتوافق معها .

٢ - توسيع الخبرات العقلية ( المعرفية ) بأكبر قدر مستطاع ، والعمل على تحقيق الاتزان الانفعالى .

٣ - اختيار القرين - الزوجة أو الزوج - والحياة معه ، وتكوين الأسرة وتحقيق التوافق الأسرى ، وتربية الأبناء والقيام بعملية التنشئة والتطبيع الاجتماعى لهم ، والاندماج الاجتماعى ، وممارسة المهنة وتحقيق التوافق المهنى ، وتحقيق مستوى اقتصادى مناسب مستقر والمحافظة عليه ، وممارسة الحقوق المدنية وتحمل المسؤولية الاجتماعية والقومية ، وتكوين الهوايات المناسبة لهذه المرحلة وتمييزها ، وتقبل الوالدين ومعاملتهم معاملة طيبة والتوافق لأسلوب حياتهم ، وتكوين فلسفة عملية للحياة .

\* \* \*

#### ● مطالب النمو فى مرحلة الشيخوخة :

وتشمل هذه المطالب ما يأتى :

١ - التوافق بالنسبة للضعف الجسمى والمتاعب الصحية المصاحبة لهذه المرحلة ، والقيام بأى نشاط ممكن يتلاءم مع امكانيات الشيخوخة .

٢ - تحقيق ميول نشطة وتنويع الاهتمامات ، وتهيئة الجو النفسى الصحى المناسب للحياة الصالحة لهذه المرحلة .

٣ - التوافق بالنسبة للإحالة الى التقاعد أو ترك العمل ، والتوافق بالنسبة لانخفاض الدخل نسبيا ، والاستعداد لتقبل المساعدة من الآخرين وتقدير ذلك ، والتوافق بالنسبة للتغيرات الأسرية وترك الأولاد للأسرة واستقلالهم فى أسرهم الجديدة ، والتوافق لفقد القرين أو الأصدقاء ، وتكوين علاقات اجتماعية جديدة ، وتحقيق التوافق مع رفاق السن ، والوفاء بالالتزامات الاجتماعية فى حدود الامكانيات ، وتقبل الواجبات الاجتماعية والقومية ، وتقبل التغير الاجتماعى المستمر والتوافق معه ومع الجيل التالى .

\* \* \*

## ● التوافق النفسى ودوافع السلوك :

من أهم الشروط التى تحقق التوافق النفسى هى أن يتحقق اشباع دوافع السلوك وحاجات الفرد .. ويعتبر موضوع الدوافع أو القوى الدافعة للسلوك بصفة عامة من الموضوعات الهامة فى علم النفس ، لأن دوافع السلوك هى التى تفسر السلوك ذاته بطبيعة الحال .. فالمعالج النفسى يسعى لمعرفة الدوافع التى تكمن وراء المرض النفسى ، ورجل القانون يود أن يضع يده على الدوافع وراء السلوك الجانح ، والمربي لا بد أن يضع دوافع التلاميذ وحاجاتهم واهتماماتهم فى حسابه ، والقائد مطالب بأن يراعى الدوافع الاجتماعية للسلوك ، وهكذا .

ويتحدث البعض عن موضوع « الدوافع » باسم « الحاجات » ، ويعتبر السلوك نتاج عملية تتفاعل فيها العوامل الحيوية ( الحشوية والحسية ، الخ ) واشباعها ضرورى لحياة الفرد ، والعوامل النفسية الاجتماعية مثل الحاجات النفسية الاجتماعية ( كالحاجة الى الأمن والالتقاء وتحقيق الذات ) واشباعها ضرورى لتحقيق التوافق النفسى الاجتماعى .

و « الحاجة » شئ ضرورى اما لاستقرار الحياة ذاتها ( حاجة فسيولوجية ) أو للحياة بأسلوب أفضل ( حاجة نفسية ) .. فالحاجة الى الأوكسجين ضرورية للحياة نفسها وبدونه يموت الفرد فى الحال ، أما الحاجة الى الحب والتقدير فهى ضرورية للحياة بأسلوب أفضل وبدون اشباعها يصبح الفرد سىء التوافق .

وأهم « الحاجات الفسيولوجية » للفرد الحاجة الى الطعام والهواء والماء ودرجة الحرارة المناسبة والنوم والتوازن بين الراحة والنشاط .. ومن أمثلة « الحاجات النفسية / الاجتماعية » الحاجة الى الانتماء والمحبة ، والحاجة الى الاعتراف والتقدير ، والحاجة الى التحصيل والنجاح ، والحاجة الى الحرية والاستقلال ، والحاجة الى الأمن ، والحاجة الى تحقيق الذات .

وقد سبق مناقشة هذه الحاجات فى الفصل السابق .

\* \* \*

## الشخصية بين السواء والانحراف

هل نستطيع تقييم الحاجات من وجهة نظر الصحة النفسية ؟  
وهل يمكننا التحدث عن الحاجات الصحية والحاجات غير الصحية ؟  
وإذا كان الأمر كذلك ، فما هو المقياس الذى يحدد ما إذا كانت  
الحاجة صحية أو غير صحية ؟ (١) .

### أولا - الحاجات الصحية :

تسهم الحاجات الصحية فى النمو المستمر للشخص بالنسبة لتحقيق  
الذات . وينبغى أن ينظر الشخص الى ما يريده أو يرغب فيه لكى ينمى  
فرديته الى أقصى ما يمكن على أنه حاجة صحية .

وترتيب « مازلو » (٢) المعروف للحاجات الانسانية يخدم كمثال  
ممتاز لغرض يتصل بالحاجات المشتركة لنمو الشخصية لتحقيق الذات .  
ويؤكد « مازلو » أن الناس لديهم حاجات جسمية ، وحاجات للأمن ،  
وحاجات للاقتناء والاعتراف والتقدير ، وحاجات لتحقيق الذات .  
فإذا ما أشبعت جميع هذه الحاجات بنجاح ، أى إذا استطاع الشخص  
الحصول على الطعام والراحة وتحرر من أى خطر يهدده ووجد الحب  
والتقدير من جانب الآخرين فإنه سينمى تحقيق الذات . وهناك حقيقة  
أساسية فى فرض « مازلو » بخصوص ترتيب الحاجة . فإذا كان الشخص  
يشعر بالجوع فإنه سيتجاهل أى شيء أثناء بحثه عن الطعام ، وإذا  
كان معرضا للخطر فإنه سيترك كل شيء آخر فى سبيل ابقاء نفسه .  
وإذا كان يجد طعامه ويعيش فى أمان ، فإن محبة الآخرين وجبهم قد  
تصبح مهمة ، ولكنها تفقد أهميتها إذا كان يعاني من الجوع أو  
يتعرض للخطر ، وسيتجاهل مطالب الناس الذين يهمه نموهم ، أما  
إذا كان يتمتع بحب الآخرين فإنه سيقوم بأعمال تجعله محط الأنظار .

(١) سيدنى جورارد ( ترجمة حسن الفقى وسيد خير الله ) ،  
الشخصية بين الصحة والمرض ( القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية ، ١٩٧٣ ) ،

وإذا ما تساءلنا : ما الذى يحتاج اليه شخص معين كي ينمو ؟  
نجد أن هناك فروقا فردية خاصة بالاشباع ، فكل شخص سيكون  
لديه مجموعة خاصة من المطالب التى يجب أن تتحقق قبل أن ينمو  
ويمضى فى طريق تحقيق الذات . . فقد يحتاج أحد الأشخاص الى حب  
غير مشروط ، وقد يحتاج آخر الى التقدير ، وقد يحتاج ثالث الى  
الانتقال لبيئة أكثر أمانا ، وهكذا .

\* \*

#### ثانيا - الحاجات غير الصحية :

تعتبر الحاجة غير صحية عندما لا يسهم اشباعها فى نمو الشخص ،  
وعندما تحول بينه وبين تحقيق مزيد من النمو . وقد يدفع الشخص  
وراء أشياء معينة يحتاج اليها لما تقدمه من اشباع ، وهو يحاول  
باتجاهه نحو هذه الأهداف الإبقاء على مركزه الحاضر كشخصية غير  
صحية . وتعتبر النتائج طويلة المدى لاشباع حاجة معينة هى المؤشر  
الواضح الذى يدل على أن الحاجة صحية أم لا . ومن المعايير المعروفة  
للتضج - مثل السلوك المرغوب فيه - القدرة على إحلال مبدأ  
الواقع محل مبدأ اللذة ، وهذا يعنى القدرة على تأجيل « تصريف  
الاندفاعات » حتى يتم اختيار الواقع . ولذلك يمكن القول بأن أية  
حاجة تعتبر غير صحية عندما تؤدي نتائج الأفعال التى تتبع فى اشباعها  
الى تحطيم قيم أخرى ، وخاصة النمو فى اتجاه تحقيق الذات .

وسنذكر بعض الأمثلة للحاجات غير الصحية . . قد يشعر شخص  
بحاجته الى تناول قدر كاف من المشروبات الكحولية ليشعر بالهدوء  
ويتحرر من القلق والاحساس بالذنب . غير أنه ما دامت هناك طرق أخرى  
صحية للتخلص من التوترات المؤلمة ، فعلىنا أن نعتبر حاجته الى تناول  
المسكرات حاجة غير صحية . والسبب فى ذلك هو أن المسكرات قد  
تخفف حدة التوترات فى المدى القصير ، ولكن الشخص لم يقم من جانبها  
بأى شئ لتغيير الظروف المسببة عن القلق والاحساس بالذنب .

وقد يصبح من المهم للشخص أن يثبت قوته ومركزه باستمرار حتى يحصل على تقدير الذات . فإذا ما وجه اهتمامه الأساسى لعمله فإن اهتمامات أو قيم أخرى ستعاني من ذلك . . . فمثلا قد تتأثر حياته الزوجية وعلاقته بأطفاله وتدهور . ولكى يحسن هذه العلاقة عليه أن ينفق وقتا وجهدا وتفكيراً أقل فى عمله . وقد يجد صعوبة فى ترك عمله مدة كافية ليقوى جهته المنزلية الداخلية ، إذ أن تخصيص وقت أقل للعمل يعنى بالنسبة له الخسارة فى سباق من أجل المركز . وقد تحطمت زيجات كثيرة لأن اعتزاز الشخص بنفسه كان يعتمد كلية على وظيفته ، حتى أنه لم يكن قادراً على تحقيق حاجات الآخرين واهتماماتهم<sup>(١)</sup> .

وقد أشار « مازلو » الى أن الحاجات غير الصحية — كالحاجة القهرية للأمن ، والجنس ، والنجاح فى العمل ، وتقبل الآخرين ، والقسوة . . الخ — مشتقة من عدم كفاية اشباع الحاجات الصحية . أى أن هذه الأهداف للسلوك الوسيلى — كتأكيد الذات ، والترقى فى المركز ، والتقبل بلا تمييز من الآخرين ، وتحطيم الآخرين — كلها تنبع من عدم كفاية اشباع الحاجات التى تنمى الشخصية الصحية . ودلالة ذلك واضحة . . فعندما يتوفر للشخص الغذاء والرعاية الجسمية ، وينشأ فى بيئة آمنة مستقرة ، ويحظى بقدر كاف من الحب ، ويشعر بتأكيد قيمته كشخص — فإنه سيكون هناك احتمال أقل بأن يتبع فى الحياة تلك الأهداف البديلة بطريقة قهرية وتكون لديه فرصا أكثر لتحقيق ذاته<sup>(٢)</sup> .

\* \* \*

#### ● دليل مقترح للغايات ذات القيمة (٣) :

تحدث نظرية « مازلو » للدوافع الانسانية عن « نظام هرمى

---

(١) سيدنى جورارد ، مرجع سابق ، ص ٦٧ - ٦٨

A Maslow; Ibid .

(٢)

(٣) سيدنى جورارد ، مرجع سابق ، ص ٦٨ - ٧٥

للحاجات» ، وفي ضوء المناقشات السابقة يمكن أن تؤكد بأن الاشباع والأمن والحب والتقدير وتحقيق الذات ليست مجرد حاجات ، بل انها قيم أو غايات ذات قيمة •

وسنقدم طريقة منظمة للتفكير في القيم والحاجات ، وهي قائمة مختصرة لبعض الغايات التي لها قيمة ، وقائمة أخرى بأنواع العمل الواسيلي الضروري لتحقيقها ، وأنواع الأشياء التي نحتاج إليها والتي تطلب كوسائل لتحقيق هذه الغايات ، وبعض نتائج الفشل في تحقيق الأهداف التي لها قيمة •

وقد يشتمل الجدول التالي على معظم القيم التي تحدد الحاجات وتوجه سلوك الناس في المجتمع •



جدول يوضح الطريقة المنظمة في القيم والحاجات (١)

اعراض عامة تدل على الحرمان	اشياء يحتاج اليها	سلوكه وسيلتي	غاية ذات قيمة
اعراض المرض الجسمي وتشمل الالم والضعف	الطعام ، نظافة البيئة ، عدم وجود ضغوط مزمنة	تناول الطعام بانتظام للمحافظة على الصحة	الصحة الجسمية
الاحباط ، التخيل والاوهام ، الانشغال بأشياء تحتاجها ، وعدم القدرة على اتخاذ سبل أخرى	الطعام والسوائل التي يحتاجها الجسم ، وشريك في الحياة	الطعام والشراب والاتصان الجنسي والاسترخاء والتخلص من الفضلات	الاشباع الجسدي
مركبات النقص	اللابس المهنمة ، الطعام الجيد ، المطور	الصحة ، اشباع رجبم في الطعام ، الرياضة ، المطور ، جراحات التجميل	المظهر الحسن
القلق والارتعاج ، عدم القدرة على اتخاذ سبل أخرى لمواجهة الخطر	تنظيم خاص للبيئة المادية والاجتماعية التي تشير الى الامن والطمانية	احتياطات ضد الأخطار ، توقع الخطر والوقاية أو الهروب منه	الامن في الحياة
الاحتجاج ، العدا ، التفافخ	اناس مقدرون	اعمال حقيقية ذات قيمة	التقدير لأعمال يحققها

( تابع ) جدول يوضح الطريقة المنظمة في القيم والمعايير

اعراض عامة تدل على الحرمان	اشياء يحتاج اليها	سلوك وسيلي	غاية ذات قيمة
القلق ، تقدير منخفض للذات ، الاكتئاب ، البحث القهري عن المحبة باي ثمن	استجابات من الآخرين تدل على المحبة	السلوك اللازم لكسب محبة الآخرين	المحبة من مصادر مرغوب فيها
الوحدة ، القلق ، العداوة للآخرين	شخص يشارك المرء في قيمه ومتسامح	الاتصال الصادق مع « ذات الشخص الحقيقية »	فهم الذات بواسطة الآخرين ممن يقدرهم الشخص
القلق ، البحث القهري عن الاستقلال	الوالدان ، القرين ، الأصدقاء	السلوك الذي ينمي الحب من جانب الآخرين	الرعاية الإيجابية
الشعور بالذنب ، مركباته المنقصة ، القلق حول فقد المكانة ، حسد الآخرين ، كراهية الذات ، الاكتئاب .	التجارب الحقيقية ، رموز لأعمال حققها الاحترام	السلوك الذي يتفق مع الضمير والمثل الأعلى للذات ، أعمال حقيقية	الاعتزاز بالذات
توترات انفعالية مزمنة ، عدم القدرة على التركيز أو العمل ، ألم عضلي ، صداع ، أعراض نفسية جسدية	بيئة اجتماعية متسامحة	سلوك معين ، الصراع ، الضغط ، تعريف العدوان	تعريف التوترات الانفعالية

التشابه مع الآخرين الذين يقدرهم الشخص	التقصص ، السلوك الملتزم	نماذج لها قيمة ، التقبل من جماعة يقدرها الشخص	القلق ، الخوف من تعرض قيم للخطر
الإحساس بالجمال	النظر ، التدقيق والاستمتاع	الطبيعة ، الفن ، الأدب	الملل ، الشعور بالفراغ
الإحساس بالداوية	التعبير عن الملمات الحقيقية	بيئة اجتماعية متسامحة ، تقبل الشخص كسا هو من الآخرين	مشاعر الانفصال عن الذات ، وبان الشخص لا قيمة له
فلسفة عن الحياة	الدراسة ، التفكير ، العبادة	الحكمة من الآخرين ، الخبرة والكتب ، مكان للعبادة	القلق ، الافتقار للهدف ، الشعور بعدم قيمة الحياة
نمو الشخصية	المعمل الشعور الجاد ، مقابلة الآخرين وجهم	المعمل اللائم ، السفر ، المراسة ، علاقات مشمرة	الملل ، طرق مسدودة في إقامة علاقات ، عدم الشعور بالمساعدة
الاستقلال	تعلم مهارات جديدة	المال ، المشاورة والتعدي للمواقف الصعبة	الشعور بالاعتماد على الغير ، عدم الطمأنينة
المساعدة ونمو من يعولهم	الحب	القرين ، الأطفال ، الاصدقاء والأقارب	الانانية ، عدم النفع ، الافتقار الى تحقيق الذات

ونستطيع أن نؤكد أن لكل مجتمع نظامه الخاص بالقيم ، وأن هناك نظاما هرميا أكثر أو أقل تزمنا حيث تنتظم فيه قيم المجتمع . . والفرد الذى تطبع اجتماعيا بنجاح هو الذى استطاع أن يتبنى أو يمتص القيم وترتيبها الهرمى . وهو الذى يمكن أن نطلق عليه « الفرد الذى تكيف طبقا لثقافته . والعنصر السعيد فى المجتمع هو الذى أصبح قادرا على تطبيق هذه القيم بطريقة يوافق عليها المجتمع . ويمكن القول بأن لدى أعضاء المجتمع حاجات متشابهة عندما يشتركون فى قيم متماثلة ، وينمطونها فى ترتيب هرمى متشابه . ويحدث ذلك فقط عندما يصبح الاشباع الجسمى ذا قيمة أو يستمر مدى الحياة . وكلما تغيرت القيم أو كلما تغير ترتيبها الهرمى ، كلما تغيرت حاجات الشخص . . فمثلا الشخص الذى لا ينظر الى المركز على أنه له قيمته ، لا يحتاج لأن يتصرف بطرق تعتبر وسيلة للحصول عليه . فيجب أن ننظر الى الحاجات على أنها أشياء محددة أو أنها « معطيات » ، وكلمة « حاجة » ترمز دائما الى الحكم على كل ما هو وسيلة لتحقيق غاية معينة ذات قيمة . وصاحب الشخصية الصحية يستطيع أن يحصل على ما يحتاج اليه لكى يحقق أهدافا ذات قيمة ، وهذه الأهداف القيمة ليست على خلاف مع قيم المجتمع .

\* \* \*

### ● التوتر الناشئ عن عدم اشباع الحاجة :

يتصرف الانسان بشكل أو بآخر حتى يحصل على الأشياء التى تشبع حاجته . إن الحاجات محددة هامة للسلوك ، وإن ارضاء الحاجة أو اشباعها هو مكون كلى فى تعريف الشخصية الصحية . وإذا حاولنا البحث فى الخصائص العامة لتوتر الحاجة نخرج بما يأتى :

١ - **توترات الحاجات تحدث فى عملية تتابع مستمر** : فالسلوك فيضان مستمر ينتهى فقط بالموت . فتوتر الحاجة يظهر ، ويحاول الشخص أن يحصل على الشئ الذى يحقق حاجته ، وهو يشعر بالاشباع ، ثم يظهر توتر حاجة أخرى ، ثم الحصول على الشئ الذى يحتاج اليه

ويؤدي الى الاشباع • ولكن هذه الحالة لا تنتهى ، فكلما تحققت حاجة ظهرت هناك حاجات أخرى يسعى اليها الشخص ، وهكذا •

٢ - **توترات الحاجة لها حدة معينة :** هناك فترة من الوقت تنقضى بين بداية الاحساس بتوتر الحاجة ( الرغبة ) والهدوء أو الراحة التي تحدث بعد حصول الشخص على حاجته • وكلما حدث تأخير في الوقت ، تزداد حدة التوتر • ويستطيع الشخص - حتى مستوى معين من التوتر - أن يتصرف بمقدرة ويسلك سلوكا معينا ، ولكن فوق هذا المستوى يتوقف السلوك ويعجز عن اشباع الحاجة ، ويصبح غير كاف لتحقيق الهدف • وعندما يصل التوتر الى هذا المستوى يحدث الاحباط •

٣ - **تصادع توترات الحاجات بعضها مع البعض الآخر :** فالانسان لا يكتفى بأن يمر بخبرة يحتاج فيها الى شيء واحد فقط في وقت معين ، لكن الانسان له حاجات كثيرة تظهر بدرجات متفاوتة بطريقة متآنية ، ونتيجة لذلك يواجه الانسان مشكلة الاختيار • فما هي الأشياء التي سيتجه اليها أولا ؟ ولكي يحصل على شيء واحد ، هل سيجبر على التخلي عن الأشياء الأخرى ؟ والخبرة الخاصة بالصراع بين الحاجات هي أحد الجواب التي لا مفر منها للانسان ، فلكي تكون انسانا معناه أن تعيش في صراع بدرجة ما •

\* \* \*

### **الصراع بين الدوافع**

إذا تعارضت بعض دوافع الانسان ، بأن يجذبه - مثلا - دافع ما الى اتجاه معين ، ويجذبه دافع آخر الى اتجاه مضاد ، أحس الانسان بحالة من الحيرة والتردد والعجز عن اتخاذ قرار في أى اتجاه يسير • وتعرف هذه الحالة بـ « الصراع النفسى » • وقد صور القرآن الكريم حالة الصراع النفسى التي يعاينها بعض الأفراد الذين يقفون من الايمان موقف تردد وريبة ، فلا هم يتجهون اتجاها تاما الى ناحية الايمان،

ولا يتجهون اتجاهها تاما الى ناحية الكفر ، ولكنهم يقفون بين الايمان والكفر موقف المتردد العاجز عن اتخاذ قرار نهائى فى هذا الأمر<sup>(١)</sup> .  
قال تعالى :

﴿ قل أَدْعُوا مِنْ دُونِ اللَّهِ مَا لَا يَنْفَعُنَا وَلَا يَضُرُّنَا وَنُرَدُّ عَلَى أَعْقَابِنَا  
بَعْدَ إِذْ هَدَانَا اللَّهُ كَالَّذِي اسْتَهْوَتْهُ الشَّيَاطِينُ فِي الْأَرْضِ حَيْرَانٌ  
لَهُ أَصْحَابٌ يَدْعُونَهُ إِلَى الْهُدَى انْتَظِرْنَا ، قُلْ إِنْ هَدَى  
اللَّهُ هُوَ الْهُدَى ، وَأَمْرُنَا لِنَسْلَمَ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ ﴾ .  
( الأنعام : ٧١ )

فى هذه الآية وصف دقيق لحالة الصراع النفسى وما تسببه للفرد من حيرة وتردد .. فالشياطين من جهة تستهوى الرد وتجذبه الى ناحية الضلال والكفر ، وأصحابه المؤمنون من جهة أخرى يدعونه الى الهدى والايمان ، وهو واقف بين هاتين الدعوتين فى حيرة وبلبلة وتردد .  
ويصف القرآن أيضا حالة التردد والحيرة والريبة والاضطراب التى تصاحب الصراع النفسى بين الكفر والايمان فى قوله تعالى :

● ﴿ إِنَّمَا يَسْتَأْذِنُكَ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ  
وَارْتَابَتْ قُلُوبُهُمْ فَهُمْ فِي رَيْبِهِمْ يَتَرَدَّدُونَ ﴾ .  
( التوبة : ٤٥ )

● ﴿ إِنْ الْمُنَافِقِينَ يَخَادِعُونَ اللَّهَ وَهُوَ خَادِعُهُمْ وَإِذَا قَامُوا إِلَى  
الصَّلَاةِ قَامُوا كَسَالَى يُرَاءُونَ النَّاسَ وَلَا يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلَّا قَلِيلًا .  
مَذْبُذِبِينَ بَيْنَ ذَلِكَ لَا إِلَى هَؤُلَاءِ وَلَا إِلَى هَؤُلَاءِ ، وَمَنْ يُضَلِلِ اللَّهُ فَلَنْ تَجِدَ  
لَهُ سَبِيلًا ﴾ .  
( النساء : ١٤٢ - ١٤٣ )

ويصف القرآن الكريم أيضا حالة الصراع النفسى التى يعانىها بعض الأفراد الذين يقفون موقف الحيرة والتردد بين أن يقاتلوا المسلمين

---

(١) محمد عثمان نجاتى : القرآن وعلم النفس ، ص ٤٩

من جهة ، أو يقاتلوا قومهم من المشركين من جهة أخرى ، وما يسببه لهم هذا الصراع من حيرة وضيق وحرَج . قال تعالى :

﴿ الا الذين يصلون الى قوم بينكم وبينهم ميثاق او جاءوكم حصرت صدورهم ان يقاتلوكم او يقاتلوا قومهم ٠٠ ﴾ .  
( النساء : ٩٠ )



### السيطرة على الدوافع

يتبين لنا مما سبق مناقشته في الفصل السابق أن مشيئة الله سبحانه وتعالى قد اقتضت وجود الدوافع الفسيولوجية في فطرة كل من الحيوان والانسان لتحقيق الأهداف التي أرادها الله تعالى منها وهي حفظ الذات وبقاء النوع . ومن الطبيعي أن يكون اشباع هذه الدوافع أمرا ضروريا تقتضيه الفطرة ، وتستلزمه طبيعة تكوين كل من الحيوان والانسان ، اذ يتوقف على اشباعها استمرار الحياة وبقاء النوع . ولذلك جاءت أحكام القرآن وأوامره في هذا الشأن متفقة مع فطرة الانسان ، فهي تعترف بها وتقهرها وتدعو الى اشباعها في الحدود التي أوضحتها الشريعة الاسلامية . ولا يوجد في القرآن أو في الأحاديث النبوية ما يشير الى انكار هذه الدوافع أو يدعو الى كبتها ، وانما يدعو القرآن - وكذلك السنة - الى السيطرة على الدوافع والتحكم فيها واشباعها في الحدود التي تسمح بها الشريعة الاسلامية ، دون اسراف أو تجاوز لهذه الحدود ، وذلك لمصلحة كل من الفرد والجماعة .

ويجب أن نفرق بين « القمع » و « الكبت » . فالقمع هو الكف الارادى لدافع أو رغبة ومقاومة اشباعها أو التعبير عنها في ظروف لا تسمح باشباعها ، ولكنه لا يتضمن انكار هذه الرغبة على الاطلاق . أما الكبت فهو انكار الرغبة أو رفضها أو الخوف منها ، ومحاولة ابعادها نهائيا عن دائرة الوعي تخلصا مما تسببه من شعور بالاثم أو القلق ، بحيث ينتهى الأمر الى كبت هذه الرغبة في اللاشعور . فمفهوم

الكبت يتضمن أن الرغبة أصبحت مبعدة عن دائرة الوعي أو الشعور ، وأصبحت مطمورة في أعماق اللاشعور . ووجود الرغبة في اللاشعور لا يقضى عليها نهائيا ، بل تظل تحاول التعبير عن نفسها ، ولكن بطرق وحيل لا شعورية . وهذا هو سبب نشوء الأعراض المختلفة لاضطرابات السلوك<sup>(١)</sup> .

والقرآن لا يدعو الى كبت دوافعنا الفطرية بالمعنى الذى أوضحناه سابقا ، ولكنه يدعو الى تنظيم اشباعها ، والتحكم فيها ، وتوجيهها توجيها سليما تراعى فيه مصلحة الفرد والجماعة ، بحيث يصبح الفرد هو المسيطر على دوافعه والموجه لها ، ولا تكون دوافعه هى المسيطرة عليه والموجهة له . ويتبين رأى القرآن بوضوح فى اعترافه بشروعية اشباع الدوافع الفسيولوجية من الآيات التالية :

● ﴿ يا ايها الناس كلوا مما فى الأرض حلالا طيبا ولا تتبعوا خطوات الشيطان ، انه لكم عدو مبين ﴾ .  
( البقرة : ١٦٨ )

● ﴿ يا ايها الذين آمنوا كلوا من طيبات ما رزقناكم واشكروا لله ان كنتم اياه تعبدون ﴾ .  
( البقرة : ١٧٢ )

● ﴿ يا ايها الذين آمنوا لا تحرموا طيبات ما احل الله لكم ولا تعتدوا ، ان الله لا يحب المعتدين . وكلوا مما رزقكم الله حلالا طيبا ، واتقوا الله الذى انتم به مؤمنون ﴾ .  
( المائدة : ٨٧ - ٨٨ )

● ﴿ .. كلوا واشربوا من رزق الله ولا تعثوا فى الأرض مفسدين ﴾ .  
( البقرة : ٦٠ )

● ﴿ يا بنى آدم خذوا زينتكم عند كل مسجد وكلوا واشربوا ولا تسرفوا ، انه لا يحب المسرفين . قل من حرم زينة الله التى اخرج

---

(١) المرجع السابق ، ص ٥٠ - ٥١



لعباده والطيبات من الرزق ، قل هي للذين آمنوا في الحياة الدنيا خالصة يوم القيامة ، كذلك نفصل الآيات لقوم يعلمون •  
( الاعراف : ٣١ - ٣٢ )

● ﴿ وانكحوا الأيامى منكم والصالحين من عبادكم وامائكم ،  
أن يكونوا فقاء يغنهم الله من فضله ، والله واسع عليم ﴾ •  
( النور : ٣٢ )

● ﴿ وان خفتم الا تقسطوا في اليتامى فانكحوا ما طاب  
لكم من النساء مثنى وثلاث ورباع ، فان خفتم الا تعدلوا  
فواحدة او ما ملكت ايمانكم ، ذلك ادنى الا تعولوا ﴾ •  
( النساء : ٣ )

● ﴿ نساؤكم حرث لكم فاتوا حرثكم انى شئتم ﴾ •  
( البقرة : ٢٢٣ )

يتضح من هذه الآيات التي ذكرناها أن القرآن الكريم لا يدعو  
الانسان الى انكار دوافعه الفطرية أو كبته ، وهو بذلك يجنبه الوقوع  
فريسة للصراع النفسى الذى ينشأ عن انكار الانسان لدافعه الجنىسى  
وقيامه بكتبته مما يؤدى الى نشوء أعراض اضطرابات السلوك • ولكن  
القرآن مع ذلك لا يطلق العنان للانسان لاشباع دوافعه الفطرية  
بلا حدود ، ولكنه يدعو الى تنظيم اشباعها والسيطرة على زمامها •  
فلا حرج على الانسان من التمتع باشباع دوافعه الفطرية ، ما دام يشبعها  
عن الطريق الحلال والمسموح به شرعا • غير أن القرآن يدعو الى نوعين  
من التنظيم فيما يتعلق باشباع الدوافع الفطرية • الأول هو اشباعها  
فقط عن الطريق الحلال الذى تسمح به الشريعة الاسلامية ، والثانى  
هو عدم الاسراف فى اشباعها •

وفىما يتعلق بالتنظيم الأول لاشباع دوافعنا الفسيولوجية - وهو  
اشباعها فقط عن الطريق الحلال - فالقرآن ينهانا عن اشباع دافع الجوع

عن طريق الكسب الحرام ، كما ينهانا عن تناول أنواع معينة من المأكولات - كلحم الخنزير - لما فيها من أضرار بصحة الانسان ، كما ينهانا عن شرب الخمر لما فيها من أضرار بصحة الانسان البدنية والعقلية ، كما ينهانا عن اشباع الدافع الجنسي عن غير طريق الزواج لما في ذلك أيضا من أضرار كثيرة صحية واجتماعية . وقد نظم الله تعالى للانسان طريقة اشباع الدافع الجنسي بأن خلق الذكر والأنثى ، وجعل من حياتهما معا في الأسرة وسيلة لاشباع الدافع الجنسي ، ولتحقيق الأمن والطمأنينة لهما بما يتضمن الحياة الأسرية للانسان من محبة ومودة وتعاون . قال تعالى :

● ﴿ ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة ، ان في ذلك لآيات لقوم يتفكرون ﴾ .  
( الروم : ٢١ )

● ﴿ .. هن لباس لكم وانتم لباس لهن ... ﴾ .  
( البقرة : ١٨٧ )

أما اذا لم تسمح ظروف الفرد بالزواج ، فعليه أن يستعفف ، وأن يسيطر على دافعه الجنسي ويقمعه حتى تسمح له الظروف بالزواج . قال تعالى :

﴿ وليستعفف الذين لا يجدون نكاحا حتى يغنيهم الله من فضله ﴾ .  
( النور : ٣٣ )

وقد حرص القرآن الكريم على أن يعيش الشباب المسلم في مجتمع يساعده على السيطرة على دافعه الجنسي ، ولا يعرضهم الى ما من شأنه أن يشير هذا الدافع . ولذلك طالب القرآن المسلمين أن يفضوا أفتارهم ، كما طالب النساء باخفاء زينتهن ومحاسنهن التي قد تفتن الرجال ، فقال تعالى :

﴿ قل للمؤمنين يفضوا من ابصارهم ويحفظوا فروجهم ، ذلك اذكى لهم ، ان الله خير بما يصنعون . وقل للمؤمنات يفضن من ابصارهن

ليحفظن فروجهن ولا يبدين زينتهن الا ما ظهر منها ، وليضربن بخمرهن  
على جيوبهن ، ولا يبدين زينتهن الا لبعولتهن أو آبائهن أو آباء  
بعولتهن أو إبنائهن أو إبناء بعولتهن أو أخوانهن أو بنى أخوانهن أو بنى أخواتهن  
أو نسائهن أو ما ملكت أيمانهن أو التابعين غير أولى الإربة من الرجال  
أو الطفل الذين لم يظهروا على عورات النساء ، ولا يضربن بأرجلهن  
ليعلم ما يخفين من زينتهن ، وتوبوا الى الله جميعا أيها المؤمنون لعلكم  
تفلحون . ( النور : ٣٠ - ٣١ )

وهي الرسول عليه الصلاة والسلام عن الخلوة بين الرجل والمرأة  
لأن فيها منزلقا الى إثارة الدافع الجنسي . كما وجه القرآن الناس  
الى ضرورة التنبيه على الخدم والأطفال الذين لم يصلوا الى مرحلة البلوغ  
بعدم الدخول بدون استئذان على أماكن تواجد الرجال والنساء في  
ثلاثة أوقات من اليوم هي : قبل صلاة الفجر ، ووقت القيلولة في  
الظهر ، وبعد صلاة العشاء عند الاستعداد للنوم . قال تعالى :

﴿ يا أيها الذين آمنوا ليستأذنكم الذين ملكت أيمانكم والذين  
لم يبلغوا الحلم منكم ثلاث مرات ، من قبل صلاة الفجر وحين تضعون  
ثيابكم من الظهيرة ومن بعد صلاة العشاء ، ثلاث عورات لكم ، ليس  
عليكم ولا عليهم جناح بعدهن ، طوافون عليكم بعضكم على بعض ، كذلك  
يبين الله لكم الآيات ، والله عليم حكيم . ( النور : ٥٨ )

أما فيما يتعلق بالتنظيم الثاني للدوافع الفسيولوجية ، وهو عدم  
الاسراف في اشباعها ، فالتنا نعلم من الدراسات الطبية أن الاسراف في  
تناول الطعام مضر بصحة الانسان ، وكذلك الاسراف في شرب الماء ،  
والاسراف في الراحة والكسل والنوم أمر يضر بالصحة ، ولذلك هي  
الله سبحانه وتعالى عن الاسراف في الطعام والشراب . قال تعالى :

﴿ يا بني آدم خلوا زينتكم عند كل مسجد وكلوا واشربوا  
ولا تسرفوا ، انه لا يحب المسرفين . ( الاعراف : ٣١ )

ولا يعنى القرآن بتوجيه الانسان الى السيطرة على دوافعه  
الفسولوجية فقط ، وانما هو يعنى كذلك بتوجيهه للسيطرة على دوافعه  
النفسية أيضا . ففى كثير من المواقف يحث القرآن على السيطرة على  
دافع العدوان ودافع التملك . فضبط النفس ، والتحكم فى أهوائها  
وشهواتها سواء أكانت بدنية أو نفسية من الخصال التى يجب أن يتحلى  
بها المؤمن السوى الشخصية .

وفىما يتعلق بالعدوان فإن القرآن ينهى الناس عن ظلم الآخرين ،  
أو العدوان عليهم سواء بدنيا أو لفظيا ، ويأمرهم بمعاملة الناس  
بالحسنى واللين والمعروف . قال تعالى :

● ﴿ وَالَّذِينَ يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ بغيرِ ما اكتسبوا فقد  
احتملوا بهتاناً واثماً مبيناً ﴾ . ( الأحزاب : ٥٨ )

● ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا تَنَاجَيْتُمْ فَلَا تَتَنَاجَوْا بِالْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ  
وَمَعْصِيَةِ الرَّسُولِ وَتَنَاجَوْا بِالْبِرِّ وَالتَّقْوَى ، وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِى إِلَيْهِ  
تَحْشُرُونَ ﴾ . ( المجادلة : ٩ )

● ﴿ .. وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاَنُ قَوْمٍ أَنْ صَدَّكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ  
أَنْ تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى ، وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ  
وَالْعُدْوَانِ .. ﴾ . ( المائدة : ٢ )

● ﴿ .. وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِى حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ .. ﴾ .  
( الأنعام : ١٥١ )

● ﴿ وَإِنْ طَائِفَتَانِ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ اقْتَتَلُوا فَأَصْلَحُوا بَيْنَهُمَا ، فَإِنْ بَغَتْ  
أَحَدُهُمَا عَلَى الْآخَرِى فَقَاتِلُوا الَّتِى تَبْغِى حَتَّى تَفِىءَ إِلَى أَمْرِ اللَّهِ ، فَإِنْ  
فَاءَتْ فَأَصْلَحُوا بَيْنَهُمَا بِالْعَدْلِ وَأَقْسِطُوا ، إِنْ اللَّهُ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ .  
أَمَّا الْمُؤْمِنُونَ أَخُوَةٌ فَأَصْلَحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ ، وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ ﴾ .  
( الحجرات : ٩ - ١٠ )

ويدعو القرآن الناس أيضا الى ضبط دافع التملك ، فينهاهم عن الشح ، واكتناز الأموال ، والربا ، وأكل أموال الناس بالباطل ، والسرقة ، كما يأمرهم بالاتفاق في سبيل الله ، وبالتصدق على الفقراء والمساكين ، وإيتاء الزكاة . قال تعالى :

● ﴿ .. والذين يكنزون الذهب والفضة ولا ينفقونها في سبيل الله فبشرهم بعباب اليم . يوم يحمى عليها في نار جهنم فتكوى بها جباههم وجنوبهم وظهورهم هذا ما كنزتم لأنفسكم فلقوا ما كنتم تكنزون ﴾ . ( التوبة : ٣٤ - ٣٥ )

● ﴿ ولا يحسبن الذين يبخلون بما آتاهم الله من فضله هو خيرا لهم ، بل هو شر لهم ، سيطوفون ما بخلوا به يوم القيامة ، والله ميراث السموات والأرض ، والله بما تعملون خير ﴾ . ( آل عمران : ١٨٠ )

● ﴿ فاتقوا الله ما استطعتم واسمعوا واطيعوا وأنفقوا خيرا لأنفسكم ، ومن يوق شح نفسه فاولئك هم المفلحون ﴾ . ( التغابن : ١٦ )

● ﴿ وأنفقوا من ما رزقناكم من قبل أن يأتي أحدكم الموت فيقول رب لولا أخرجتني الى أجل قريب فاصدق وأكن من الصالحين ﴾ . ( المنافقون : ١٠ )

● ﴿ آمنوا بالله ورسوله وأنفقوا مما جعلكم مستخلفين فيه ، فالذين آمنوا منكم وأنفقوا لهم أجر كبير ﴾ . ( الحديد : ٧ )

● ﴿ ان المصدقين والمصدقات وأقرضوا الله قرضا حسنا يضاعف لهم ولهم أجر كريم ﴾ . ( الحديد : ١٨ )

● ﴿ قل لعبادي الذين آمنوا يقيموا الصلاة وينفقوا مما رزقناهم سرا وعلانية من قبل أن يأتي يوم لا بيع فيه ولا خلال ﴾ . ( ابراهيم : ٣١ )

وبوجه عام ، فإن القرآن الكريم يدعو الانسان الى ضبط دوافعه والتحكم فيها وتوجيه اشباعها فى اطار الحدود المشروعة دون اسراف ، فلا يكون عبداً لأهوائه وشهواته ، وانما يكون هو المسيطر عليها والمتحكم فيها . قال تعالى :

﴿ فاما من طفى . وآثر الحياة الدنيا . فان الجحيم هى المأوى .  
وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى . فان الجنة هى المأوى ﴾ .  
( النازعات : ٣٧ - ٤١ )

ويدعو القرآن الانسان الى أن يوازن بين متطلبات يده فى حياته اليومية ، ومتطلبات روحه المتشوقة الى الله تعالى والمتطلعة الى النعيم فى الحياة الآخرة . فعلى الانسان أن يلبي حاجاته البدنية ويشبع دوافعه الفطرية لكي يعيش ويؤدي رسالته فى الحياة التى خلقه الله تعالى لها . ولكن يجب على الانسان أيضا أن يلبي متطلباته الروحية من عبادة الخالق سبحانه واتباع المنهج الذى رسمه الله تعالى له فى الحياة لكي ينعم بمغفرته ورضوانه فى الحياة الآخرة . ان الانسان مطالب بأن يجد ويجتهد فى تحقيق هذا التوازن بين متطلبات الجسم ومتطلبات الروح ، لأن فى ذلك خلاصاً من الصراع النفسى الذى يصيب الانسان بالقلق ، ويحرمه من نعمة الأمن والطمأنينة . قال تعالى :

● ﴿ وابْتَغِ فيما آتاك الله الدار الآخرة ، ولا تنس نصيبك من الدنيا .. ﴾ .  
( القصص : ٧٧ )

● ﴿ يا أيها الذين آمنوا لا تلهكم أموالكم ولا أولادكم عن ذكر الله ، ومن يفعل ذلك فأولئك هم الخاسرون . ﴾ .  
( المنافقون : ٩ )

وتنضح دعوة القرآن للانسان الى ضبط دوافعه والتحكم فيها والعمل على التسامى بها وتوجيهها الى ما يرضى الله تعالى وما فيه خير الفرد والمجتمع والانسانية ، ان القرآن حينما ذكر فى سورة آل عمران بعض الدوافع التى يهتم الناس عادة باشباعها فى حياتهم الدنيوية ، ذكر

بعدها مباشرة أن تقوى الله أفضل للإنسان من الانغماس فى إشباع هذه الدوافع فى الحياة الدنيوية ، لأن التقوى ستحقق لهم التمتع برضوان الله ونعيمه فى الآخرة . فقال تعالى :

﴿ زين للناس حب الشهوات من النساء والبنين والقناطير المقنطرة من الذهب والفضة والخيل المسومة والأنعام والحرث ، ذلك متاع الحياة الدنيا ، والله عنده حسن المآب . قل أُنَبِّئُكُمْ بِخَيْرٍ مِنْ ذَلِكَ ، الَّذِينَ اتَّقَوْا عِندَ رَبِّهِمْ جَنَاتٌ تَجْرَى مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَأَزْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ وَرِضْوَانٌ مِنَ اللَّهِ ، وَاللَّهُ بِصِرِّ الْعِبَادِ ﴾ .

( آل عمران : ١٤ - ١٥ )

ففى هاتين الآيتين دعوة صريحة للناس كى يضبطوا دوافعهم ويتساموا بها عن طريق تقوى الله وإبتغاء مرضاته . وجاء فى القرآن فى هذا المعنى أيضا :

● ﴿ المال والبنون زينة الحياة الدنيا ، والباقيات الصالحات خير عند ربك ثوابا وخير أملا ﴾ . ( الكهف : ٤٦ )

● ﴿ اعلموا أنما الحياة الدنيا لعب ولهو وزينة وتفاخر بينكم وتكاثر فى الأموال والأولاد ، كمثل غيث أعجب الكفار نباته ثم يهيج فتراه مصفرا ثم يكون حطاما ، وفى الآخرة عذاب شديد ومغفرة من الله ورضوان ، وما الحياة الدنيا الا متاع الفرور ﴾ . ( الحديد : ٢٠ )

وفى هذه الآيات تنبيه للإنسان الى أن ما فى الحياة الدنيا من لعب ولهو وزينة وتفاخر بكثرة الأموال والبنين انما مصيره الى زوال ، وأن ما يبقى هو عمل الإنسان . فان من آثر الحياة الدنيا على الآخرة وكان كل همه فى حياته الدنيا أن يشغل بإشباع دوافعه وشهواته ، وغفل عن طاعة الله وعبادته ، فمصيره فى الآخرة عذاب شديد .

\*\*\*

## انحراف الدوافع

إذا فشل الإنسان في ضبط دوافعه والتحكم فيها ، فأسرف في اتباعها ، وانغمس في لذاتها ، وجعل الحصول على لذة الاشباع هدفا في ذاته ، انحرفت الدوافع عن أهدافها الحقيقية ، فلم تعد وسيلة لاستمرار حياة الفرد وبقاء النوع ، وإنما أصبحت غاية في ذاتها . ولم يعد الإنسان هو المسيطر عليها والمتحكم فيها ، وإنما أصبحت هي المسيطرة عليه والمتحكمة فيه ، وانحراف الدوافع وسيطرتها على الإنسان قد يحدث بالنسبة لكل من الدوافع الفسيولوجية والنفسية على السواء ، ومن أهم دوافعنا الفسيولوجية المعرضة للانحراف « الدافع الجنسي » . وقد ذكر القرآن نوعا شائعا من الانحراف الجنسي وهو الجنسية المثلية التي التي مارسها قوم لوط ، ويتضح مما قاله القرآن عن هذا الانحراف الجنسي أنه ظهر لأول مرة في تاريخ البشرية بين قوم لوط . قال تعالى :

● ﴿ ولوطا إذ قال لقومه أتأتون الفاحشة ما سبقكم بها من أحد من العالمين . انكم لتأتون الرجال شهوة من دون النساء ، بل أنتم قوم مسرفون ﴾ . ( الأعراف : ٨٠ - ٨١ )

● ﴿ أتأتون الذكران من العالمين . وتلدنوا ما خلق لكم ربكم من أزواجكم بل أنتم قوم عادون ﴾ . ( الشعراء : ١٦٥ - ١٦٦ )

ومن الانحرافات الشائعة في دوافعنا النفسية ما نشاهده لدى بعض الناس من الحب الشديد للمال ، وتلهفهم على امتلاكه واكتنازه . والمال في الأصل هو مال الله تعالى استخلفنا فيه لاتفاقه في سبيله ، وفيما يرضيه ، وفيما يحقق تعمير الأرض وتقديم الإنسانية . ولكن بعض الناس يجعلون تملك المال هدفا في حد ذاته ، فيقومون باكتنازه ولا ينفقونه في سبيل الله وفيما يفيد الناس ويساعد على تقدم البشرية . قال تعالى :

● ﴿ مثل الذين ينفقون أموالهم في سبيل الله كمثل حبة أنبتت سبع سنابل في كل سنبلة مائة حبة ، والله يضاعف لمن يشاء ، والله واسع عليم ﴾ . ( البقرة : ٢٦١ )



● ﴿ ومثل الذين ينفقون أموالهم ابتغاء مرضات الله وتثبيتا من أنفسهم كمثل جنة بربوة أصابها وابل فآتت أكلها ضعفين فان لم يصبها وابل فطل ، والله بما تعملون بصير ﴾ .  
( البقرة : ٢٦٥ )

● ﴿ الذين ينفقون أموالهم بالليل والنهار سرا وعلانية فلهم أجرهم عند ربهم ولا خوف عليهم ولا هم يحزنون ﴾ .  
( البقرة : ٢٧٤ )

● ﴿ ولا تاكلوا أموالكم بينكم بالباطل وتدلوا بها الى الحكام لتاكلوا فريقا من أموال الناس بالإثم وانتم تعلمون ﴾ .  
( البقرة : ١٨٨ )

● ﴿ خذ من أموالهم صدقة تطهرهم وتزكيهم بها وصل عليهم ، ان صلاتك سكن لهم ، والله سميع عليم ﴾ .  
( التوبة : ١٠٣ )

ان الاسراف في اشباع الدوافع ، وعجز الانسان عن ضبطها والتحكم فيها ، يؤدي الى انحراف هذه الدوافع عن أهدافها الحقيقية في استمرار حياة الفرد وتحقيق توافقه . فالاسراف في طلب الراحة والخمول والكسل ، والتمتع بنعيم الحياة وملاذمها ، دون أى شعور بالمسئولية تجاه أفراد المجتمع أو التعاون معهم أو تقديم يد العون والمساعدة لهم ، انما هو انحراف . والاعتدال في اشباع الدوافع وقاية للانسان من الانحراف ، فخير الأمور الوسط .  
قال تعالى :

● ﴿ والذين اذا انفقوا لم يسرفوا ولم يقتروا وكان بين ذلك قواما ﴾ .  
( الفرقان : ٦٧ )

● ﴿ ولا تجعل يدك مغلولة الى عنقك ولا تبسطها كل البسط فتقعد ملوما محسورا ﴾ .  
( الاسراء : ٢٩ )

\*\*\*

## الانفعالات

اقتضت حكمة الخالق سبحانه وتعالى أن يزود الانسان  
بانفعالات تعينه أيضا على استمرار الحياة والبقاء . فانفعال  
الخوف - مثلا - يدفعنا الى تجنب الأخطار التي تهدد حياتنا ، وانفعال  
الغضب يدفعنا الى الدفاع عن النفس والى الصراع من أجل البقاء ،  
وانفعال الحب هو أساس تألف الجنسين وانجذاب كل منهما من أجل  
حفظ النوع .

وهناك علاقة وثيقة بين الدوافع والانفعالات ، فالدوافع تكون  
عادة مصحوبة بحالة وجدانية انفعالية . فحينما يشتد الدافع ويعاق عن  
الاشباع فترة من الزمن تحدث في الجسم حالة من التوتر ، وتصاحب  
ذلك عادة حالة وجدانية مكدرية . واشباع الدافع يكون عادة مصحوبا  
بحالة وجدانية سارة ، كما أن الانفعال يقوم بتوجيه السلوك مثل الدافع  
. فانفعال الخوف يدفع الانسان الى الهروب من الخطر ، وانفعال  
الغضب يدفعه الى الدفاع عن النفس وقد يدفعه الى العدوان ، وانفعال  
الحب يدفعه الى التقرب من موضوع حبه .

وجاء في القرآن الكريم وصف دقيق لكثير من الانفعالات التي  
يشعر بها الانسان مثل الخوف ، والغضب ، والحب ، والفرح ،  
والغيرة ، والحسد ، والتدم ، والخجل . وسوف نتناول ما جاء في  
القرآن عن هذه الانفعالات فيما يلي (١) :

### اولا - الخوف :

انفعال الخوف هو من الانفعالات الهامة في حياة الانسان ،  
لأنه - كما أشرنا من قبل - يساعده على اتقاء الخطر الذي يهدده  
بما يعينه على الحياة والبقاء . وقد سبق أن أشرنا في الفصل  
السابق أن القرآن ذكر في بعض آياته الأمن من الخوف مقرونا باشباع

---

(١) محمد عثمان نجاتي : القرآن وعلم النفس ، ص ٦٤ - ٩٦

دافع الجوع ، مما يؤكد أهمية كل من دافع الجوع وانفعال الخوف في حياة الانسان .

وليست فائدة الخوف مقصورة فقط على وقاية الانسان من الأخطار التي تهدده في حياته الدنيوية ، وانما من أهم فوائده أيضا أنه يدفع المؤمن الى اتقاء عذاب الله في الحياة الآخرة . فالخوف من عقاب الله يدفع المؤمن الى تجنب الوقوع في المعاصي ، والى التمسك بالتقوى والانتظام في عبادة الله وعمل كل ما يرضيه . قال تعالى :

● ﴿ انما المؤمنون الذين اذا ذكر الله وجلت قلوبهم واذا تليت عليهم آياته زادتهم ايمانا وعلى ربهم يتوكلون ﴾ .  
( الانفال : ٢ )

● ﴿ تتجافى جنوبهم عن المضاجع يدعون ربهم خوفا وطمعا ومما رزقناهم ينفقون ﴾ .  
( السجدة : ١٦ )

● ﴿ يا ايها الناس اتقوا ربكم ، ان زلزلة الساعة شئ عظيم . يوم ترونها تذهل كل مرضعة عما أرضعت وتضع كل ذات حمل حملها وترى الناس سكارى وما هم بسكارى ولكن عذاب الله شديد ﴾ .  
( الحج : ١ - ٢ )

وانفعال الخوف حالة من الاضطراب الحاد الذي يشمل الفرد كله . وقد وصف القرآن هذا الاضطراب بالزلزال الشديد الذي يهز الانسان هزا شديدا ، فيفقد القدرة على التفكير والسيطرة على النفس . قال تعالى :

﴿ اذ جاءوكم من فوقكم ومن اسفل منكم واذا زاغت الأبصار وبلغت القلوب الحناجر وتظنون بالله الظنونا .  
هنالك ابتلى المؤمنون وزلزلوا زلزالا شديدا ﴾ .  
( الاحزاب : ١٠ - ١١ )

وإذا كان الخوف شديدا ومفاجئا اقتابت الانسان حالة من الذهول لفترة من الوقت لا يستطيع فيها الحركة أو التفكير . وقد أشار القرآن الى حالة الذهول التي يسببها الخوف الشديد المفاجيء أثناء وصفه ليوم القيامة :

● ﴿ بل تأتيهم بغتة فتبهمهم فلا يستطيعون ردها ولا هم ينظرون ﴾ .

( الانبياء : ٤٠ )

● ﴿ فاذا جاءت الصاخة . يوم يفر المرء من اخيه . وامه وابنيه . وصاحبه وبنيه . لكل امرئ منهم يومئذ شأن يغنيه ﴾ .

( عبس : ٣٣ - ٣٧ )

إن الأشياء التي يخافها الانسان كثيرة ، وقد ذكر القرآن بعض مخاوف الانسان الهامة مثل الخوف من الله ، والخوف من الموت ، والخوف من الفقر .. فالخوف من الله له أهميته في حياة المؤمن ، فهو يدفعه دائما الى تقوى الله واسترضائه ، واتباع منهجه ، وترك ما نهى عنه ، وفعل ما أمر به . ويعتبر الخوف من الله ركنا في الايمان به ، وأساسا هاما في تكوين شخصية المؤمن . قال تعالى :

● ﴿ ان الذين آمنوا وعملوا الصالحات أولئك هم خير البرية . جزاؤهم عند ربهم جنات تجري من تحتها الأنهار خالدون فيها أبدا ، رضي الله عنهم ورضوا عنه ، ذلك لمن خشى ربه ﴾ .

( البينة : ٧ - ٨ )

● ﴿ انما المؤمنون الذين اذا ذكر الله وجلت قلوبهم واذا تليت عليهم آياته زادتهم ايمانا وعلى ربهم يتوكلون ﴾ .

( الانفال : ٢ )

● ﴿ قل اني اخاف ان عصيت ربي عذاب يوم عظيم ﴾ .

( الزمر : ١٣ )

● ﴿ .. يخافون يوما تتقلب فيه القلوب والأبصار ﴾ .

( النور : ٣٧ )

● ﴿ انا نخاف من ربنا يوما عبوسا قمطريرا ﴾ .

( الانسان : ١٠ )

ومن أنواع الخوف الشائعة بين الناس الخوف من الموت .  
ويبدو هذا الخوف واضحا فى حالات الحروب . وجاء فى القرآن فى وصف خوف المنافقين من القتال :

● ﴿ فلما كتب عليهم القتال اذا فريق منهم يخشون الناس كخشية الله أو أشد خشية ، وقالوا ربنا لم كتب علينا القتال لولا اخرتنا الى أجل قريب ، قل متاع الدنيا قليل والاخرة خير لمن اتقى ولا تظلمون فتيلا ﴾ .

( النساء : ٧٧ )

● ﴿ ويقول الذين آمنوا لولا نزلت سورة ، فاذا انزلت سورة محكمة وذكر فيها القتال رايت الذين فى قلوبهم مرض ينظرون اليك نظر المغشى عليه من الموت ، فأولى لهم ﴾ .

( محمد : ٢٠ )

والخوف من الفقر يعتبر أيضا من المخاوف الشائعة بين الناس . فالإنسان يسعى دائما ويكد فى حياته حتى يكسب قوته وقوت أولاده ، ولكى يهيىء لأسرته أسباب الحياة الهائلة الآمنة . وعادة يتحمل الإنسان فى سبيل كسب رزقه التعب والمشقة ، ومن شأن أى خطر يمكن أن يهدده فى رزقه أن يثير فيه الخوف والفرع . وكان العرب قبل الاسلام يقتلون أولادهم خشية الفقر ، فنهاهم القرآن عن ذلك ، وأخبرهم بأن رزقهم ورزق أولادهم بيد الله سبحانه . فمن شأن الايمان بالله أن يقضى على الخوف من الفقر ، حيث ان المؤمن صادق الايمان يعلم يقينا أن الرزق بيد الله . قال تعالى :

● ﴿ ولا تقتلوا أولادكم خشية املاق ، نحن نرزقهم واياكم ،

( الاسراء : ٣١ )

ان قتلهم كان خطئا كبيرا ﴾ .

● ﴿ ولا تقتلوا أولادكم من أamlac ، نحن نرزقكم وإياهم ٠٠ ﴾ .

( الأنعام : ١٥١ )

● ﴿ أن الله هو الرزاق ذو القوة المتين ٠٠ ﴾ .

( الذاريات : ٥٨ )

## ٢ - الغضب :

الغضب افعال هام يؤدي وظيفة لها قيمتها للانسان ، حيث انه يساعده على حفظ ذاته . فحينما يغضب الانسان تزداد طاقته على القيام بالمجهود العضلي العنيف ، مما يمكنه من الدفاع عن النفس أو التغلب على العقبات التي تعوقه عن تحقيق أهدافه . فآثناء الغضب يحدث كثير من التغيرات الفسيولوجية وافراز هرمون الأدرنالين ، الذي يؤثر على الكبد ويجعله يفرز كميات زائدة من السكر ، مما يسبب زيادة الطاقة في الجسم ، ويجعله متهيأ لبذل الجهود العنيفة التي يتطلبها الدفاع عن النفس آثناء الغضب ، أو الجرى آثناء الخوف<sup>(١)</sup> .

وقد نوه القرآن الكريم باستخدام الشدة مع الكفار الذين يقاومون انتشار الاسلام ، وهى شدة فابعة من الغضب فى سبيل الله ونشر دعوته . فقال تعالى :

● ﴿ محمد رسول الله ، والذين معه أشداء على الكفار

( الفتح : ٢٩ )

رحماء بينهم ٠٠ ﴾ .

● ﴿ يا أيها الذين آمنوا قاتلوا الذين يلونكم من الكفار

وليجدوا فيكم غلظة ، واعلموا أن الله مع المتقين ﴾ .

( التوبة : ١٢٣ )

● ﴿ يا أيها النبى جاهد الكفار والمنافقين واغلظ

عليهم ، وماواهم جهنم ، وبئس المصير ﴾ .

( التحريم : ٩ )

---

(١) المرجع السابق ، ص ٧٢

● ﴿ يا أيها الذين آمنوا لا تتولوا قوما غضب الله عليهم قد  
يئسوا من الآخرة كما يئس الكفار من أصحاب القبور ﴾ .  
( المتحنة : ١٣ )

وقد جاء فى القرآن الكريم وصف لافعال الغضب وتأثيره فى  
سلوك الانسان ، نجد ذلك فيما ذكره القرآن عن غضب موسى عليه  
السلام حينما عاد الى قومه ووجدهم يعبدون العجل الذى صنعه لهم  
السامرى من الذهب ، فألقى الألواح وأمسك برأس أخيه يجره اليه  
معاتبا ، قال تعالى :

﴿ ولما رجع موسى الى قومه غضبان أسفا قال بئسما  
خلفتمونى من بعدى ، أعجلتم أمر ربكم ، وألقى الألواح وأخذ  
برأس أخيه يجره اليه ، قال ابن أم ان القوم استضعفونى وكادوا  
يقتلونى فلا تشمت بى الأعداء ولا تجعلنى مع القوم الظالمين ﴾ .  
( الأعراف : ١٥٠ )

ويميل الانسان الى الاستجابة لافعال الغضب ، وذلك بتوجيه  
العدوان الى العقبات التى تحول دون اشباع دوافعه أو تحقيق أهدافه ،  
سواء أكانت هذه العقبات أشخاصا أو عوائق مادية أو قيودا اجتماعية .  
ولكن كثيرا ما يحدث أن ينقل الغضب أو يحول الى أشخاص آخرين  
لم يكونوا هم فى الحقيقة العقبة التى حالت دون تحقيق أهداف الانسان،  
أو لم يكونوا هم السبب الحقيقى فى إثارة افعال الغضب . فقد يغضب  
الطفل ، مثلا ، من أبيه فينقل غضبه الى أخيه الأصغر فيضربه لأخذه  
الأسباب ، وتعرف هذه العملية « بالنقل » ( Displacement ) .

وقد يحدث أحيانا أن يغضب الانسان من شخص ما ، ولكنه فى  
الوقت نفسه يخشى أن يظهر غضبه نحوه لما يمكن أن يلحق به من  
عقاب . وفى مثل هذه الحالات قد ينقل الغضب أيضا فيتجه الى أشخاص  
آخرين ، أو الى أشياء مادية فيقوم بتحطيمها ، أو قد يتجه الى ذاته

فيقوم ببعض السلوك العدواني الموجه الى ذاته • وذكر القرآن مثالا واقعيا يوضح عملية نقل العدوان وتوجيهه الى الذات بدلا من توجيهه الى الشخص المثير للغضب ، وذلك حينما وصف القرآن الكريم المنافقين وذكر أنهم يعضون أناملهم من غيظهم من المؤمنين • وحينما يعض الانسان أنامله من الغيظ ، فهو انما يوجه العدوان الى نفسه ويقوم بايذائها - ولو بشكل رمزي - بدلا من توجيه العدوان الى الآخرين وايذائهم • قال تعالى :

﴿ ها أنتم أولاء تحبونهم ولا يحبونكم وتؤمنون بالكتاب كله  
وإذا لقوكم قالوا آمنا وإذا خلوا عضوا عليكم الأنامل من  
الغيظ ، قل موتوا بغيظكم ، ان الله عليم بذات الصدور ﴾ .  
( آل عمران : ١١٩ )

ولما كان الانسان يفقد القدرة على التفكير السليم أثناء استسلامه لثورة الغضب ، فانه يجدر بالانسان أن يمتنع في أثناء ثورة الغضب عن القيام بأفعال قد يندم عليها فيما بعد ، كما يجب عليه أن يتعلم كيف يسيطر على غضبه • وتتضح من ذلك الحكمة في توصية الله تعالى للناس بالتحكم في انفعال الغضب ، وكظم الغيظ ، كما سنعرض لذلك فيما بعد عندما نتعرض للحديث عن السيطرة على الانفعالات •

ومن الحديث النبوي الشريف :

● عن أبي هريرة رضي الله عنه ، أن رجلا قال للنبي صلى الله عليه وسلم : أوصني ، قال : « لا تغضب » فردد مرارا ، قال : « لا تغضب » .  
( رواه البخاري )

● وعن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « ليس الشديد بالصرعة ( الذي يصرع الناس ويغلبهم ) ، انما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب » .  
( متفق عليه )



● عن معاذ بن أنس رضى الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال : « من كظم غيظا ، وهو قادر على أن ينفذه ، دعاه الله سبحانه وتعالى على رؤوس الخلائق يوم القيامة حتى يخيره من الحور العين ما شاء » . (رواه أبو داود والترمذى )

● « اذا غضب أحدكم فليسكت » . (رواه أحمد )

● « قال الله عز وجل : من ذكرنى حين يغضب ذكرته حين أغضب . ولا أمحقه فيمن أمحق » . (رواه الديلمى )

● عن سليمان بن صرد رضى الله عنه قال : كنت جالسا مع النبي صلى الله عليه وسلم ، ورجلين يستبان ، وأحدهما قد احمر وجهه واتتمخت أوداجه . قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « انى لأعلم كلمة أبى قالها لذهب عنه ما يجد ، لو قال : « أعوذ بالله من الشيطان الرجيم » لذهب عنه ما يجد » . فقالوا له : ان النبي صلى الله عليه وسلم قال : تعوذ بالله من الشيطان الرجيم » . (متفق عليه )



### ثانيا - الحب :

يلعب الحب دورا هاما فى حياة الانسان . . فهو أساس الحياة الزوجية ، وتكوين الأسرة ورعاية الأبناء ، وهو أساس التكلف بين الناس وتكوين العلاقات الانسانية السليمة . وهو الرباط الوثيق الذى يربط الانسان بربه ويجعله يخلص فى عبادته ، وفى اتباع منهجه ، والتمسك بشريعته . ويظهر الحب فى حياة الانسان بصور مختلفة . . فقد يحب الانسان ذاته ، ويحب زوجته وأولاده ، ويحب الناس ، ويحب المال ، وموفق كل هذا فهو يحب الله والرسول . ونجد فى القرآن الكريم ذكرا لهذه الأنواع المختلفة من الحب .

#### ١ - حب الذات :

يرتبط حب الذات ارتباطا وثيقا بدوافع حفظ الذات . . فالانسان يحب أن يحيا وينمى امكاناته ويحقق ذاته ، ويحب كل ما يجلب له

الخير والأمن والسعادة • وهو يكره كل ما يعوقه عن الحياة والنمو وتحقيق الذات ، وكل ما يجلب له الألهم والأذى والضرر • وقد عبر القرآن الكريم عن هذا الحب الفطري في الانسان لذاته ، وميله الى طلب كل ما يفيدها وينفعها ، وتجنب ما يضرها ويسئ اليها ، وذلك حينما ذكر على لسان النبي عليه الصلاة والسلام أنه لو كان يعلم الغيب لاستكثر من الخير لنفسه ، ولدفع عنها السوء والأذى ، قال تعالى :  
﴿ .. ولو كنت اعلم الغيب لاستكثرت من الخير وما مسنى السوء .. ﴾

( الاعراف : ١٨٨ )

ومن مظاهر حب الانسان لذاته أنه دائم الدعاء للخير لنفسه من مال وصحة وغير ذلك من خيرات الحياة ونعمها ، واذا أصابه سوء أو فقر أو بلاء تملكه اليأس الشديد وظن أنه لن يتهياً له بعد ذلك خير • قال تعالى :

﴿ لا يسأم الانسان من دعاء الخير وان مسه الشر فيئوس قنوط ﴾

( فصلت : ٤٩ )

ومن مظاهر حب الانسان لذاته أيضاً أنه اذا أصابه أذى أو بلاء انتابه الجزع والهلع على ما حل به ، واذا أصاب مالا حرص عليه حرصاً شديداً ، وامتنع عن التصديق بجزء منه على المحتاجين • قال تعالى :  
﴿ ان الانسان خلق هلوعا • اذا مسه الشر جزوعا • واذا مسه الخير منوعا ﴾

( المعارج : ١٩ - ٢١ )

## ٢ - حب الناس :

لكي يستطيع الانسان أن يعيش في تآلف وانسجام وتوافق مع الآخرين ، عليه أن يجد من حبه لذاته وأناقته ، وأن يعمل على موازنته بحبه للناس الآخرين ومودته لهم ، والتعاون معهم ، وتقديم يد المعونة اليهم • ولذلك فإن الله تعالى حينما أشار الى حب الانسان لنفسه الذي يظهر في هلمه وجزعه اذا مسه الشر ، وحرصه على ما يناله من

الخير ومنعه عن الناس ، أثنى سبحانه وتعالى بعد ذلك مباشرة على من يقاوم الاسراف في حبه لذاته ، ويتخلص من مظاهر الهلع والجزع اذا مسه شر ، والبخل اذا ناله خير ، وذلك عن طريق التمسك بالايمان من حيث اقامة الصلاة ، وايتاء الزكاة ، والتصدق على الفقراء والمساكين والمحرومين ، والابتعاد عما ييغض الله ، فان من شأن هذا الايمان أن يوازن بين حب الانسان لنفسه وحبه للناس بما يحقق مصلحة الفرد والجماعة . قال تعالى :

● ﴿ ان الانسان خلق هلوعا . اذا مسه الشر جزوعا . واذا مسه الخير منوعا . الا المصلين . الذين هم على صلاتهم دائمون . والذين في اموالهم حق معلوم . للسائل والمحروم . والذين يصدقون بيوم الدين . والذين هم من عذاب ربهم مشفقون ﴾ .  
( المارج : ١٩ - ٢٧ )

● ﴿ واعتصموا بحبل الله جميعا ولا تفرقوا ، واذكروا نعمت الله عليكم اذ كنتم اعداء فآلف بين قلوبكم فأصبحتم بنعمته اخوانا .. ﴾ .  
( آل عمران : ١٠٣ )

● ﴿ .. هو الذى أيدك بنصره وبالمؤمنين . وآلف بين قلوبهم ، لو انفقت ما فى الأرض جميعا ما آلف بين قلوبهم ولكن الله آلف بينهم ، انه عزيز حكيم ﴾ .  
( الانفال : ٦٢ - ٦٣ )

وأثنى القرآن الكريم على الأنصار لما أظهروه من محبة صادقة للمهاجرين من المسلمين ، ولتقديمهم يد العون اليهم اذ آووههم وشاركوهم فى مساكنهم وأموالهم ، وآثروهم على أنفسهم ، قال تعالى :

﴿ والذين تبوأوا الدار والايمان من قبلهم يحبون من هاجر اليهم ولا يجدون فى صدورهم حاجة مما أوتوا ويؤثرون على أنفسهم ولو كان بهم خصاصة ، ومن يوق شح نفسه فاولئك هم المفلحون ﴾ .  
( الحشر : ٩ )

ويدعو القرآن المؤمنين الى ان يحب كل منهم الآخر كما يجب الاخ  
أخاه • وفى ذلك توجيه للانسان الى عدم الاسراف فى حبه لنفسه ،  
وتوجيه له الى حب اخوانه فى الايمان مما من شأنه أن يعادل حبه  
لنفسه ، ويحد من شدته • قال تعالى :

• ﴿ انما المؤمنون اخوة فاصلحوا بين اخويكم واتقوا الله لعلمكم  
ترحمون ﴾ • ( الحجرات : ١٠ )

• ﴿ والمؤمنون والمؤمنات بعضهم اولياء بعض ﴾ •  
( التوبة : ٧١ )

ومن الحديث النبوى الشريف :

— عن أبى هريرة رضى الله عنه عن النبى صلى الله عليه وسلم  
قال : « سبعة يظلمهم الله فى ظله يوم لا ظل الا ظله : امام عادل ،  
وشاب نشأ فى عبادة الله عز وجل ، ورجل قلبه معلق بالمساجد ،  
ورجلان تحابا فى الله اجتمعا عليه وتفرقا عليه ، ورجل دعت امرأه ذات  
حسن وجمال فقال : انى أخاف الله ، ورجل تصدق بصدقة فأخفاها حتى  
لا تعلم شماله ما تنفق يمينه ، ورجل ذكر الله خاليا ففاضت عيناه » •

( متفق عليه )

— وعنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « ان الله تعالى  
يقول يوم القيامة : أين المتحابون بجلالى ؟ اليوم أظلمهم فى ظلى يوم لا ظل  
الا ظلى » • ( رواه مسلم )

— وعنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « والذى نفسى  
بيده لا تدخلوا الجنة حتى تؤمنوا ، ولا تؤمنوا حتى تحابوا ، أو  
لا أدلكم على شئ اذا فعلتموه تحاببتم ؟ أفشوا السلام بينكم » •

( رواه مسلم )

### ٣ - الحب الجنسى :

يرتبط الحب بالدافع الجنسى ارتباطا وثيقا ، فهو الذى يعمل على استمرار التآلف والانسجام والتوافق والتعاون بين الزوجين ، وهو أمر ضرورى لاستمرار الحياة الزوجية الأسرية . وقد سبق أن أوضحنا أثناء حديثنا عن دوافع السلوك ، أن الاسلام يعترف بالدافع الجنسى ولا ينكره ، وهو بطبيعة الحال يعترف بالحب الجنسى المصاحب له ، لأنه افعال فطرى فى طبيعة الانسان ، ولا يقاومه ، ولا يكبته . ولكن الاسلام يدعو فقط الى السيطرة على هذا الحب والتحكم فيه ، وذلك عن طريق اشباعه بالطريق المشروع وهو الزواج . قال تعالى :

● ﴿ ومن آياته أن خلق لكم من أنفسكم أزواجا لتسكنوا إليها وجعل بينكم مودة ورحمة ، ان فى ذلك لآيات لقوم يتفكرون ﴾ .

( الروم : ٢١ )

● ﴿ زين للناس حب الشهوات من النساء . . ﴾ .

( آل عمران : ١٤ )

### ٤ - الحب الأبوى :

يعتبر دافع الأمومة أحد الدوافع الفسيولوجية ، اذ يوجد أساس فسيولوجى لدوافع الأمومة هو التغيرات البدنية التى تحدث للأم أثناء الحمل والولادة والرضاعة . وتربط هذه التغيرات الفسيولوجية الأم بوليدها برابط قوى يبدو واضحا فى دافع الأمومة الذى يتميز بحب الأم الأولادها ، وحنوها عليهم ، ورعايتها لهم .

ولما كان الأب لا يرتبط بأبنائه بمثل هذه الارتباطات الفسيولوجية التى تربط الأم بأبنائها ، فان علماء النفس المحدثين لا يعتبرون دافع الأبوة دافعا فسيولوجيا كدافع الأمومة ، ولكنهم يعتبرونه دافعا نفسيا . ويظهر دافع الأبوة واضحا فى حب الآباء لأبنائهم ، فهم مصدر متعة وسرور لهم ، ومصدر قوة وجاه ، وعامل هام فى استمرار

دور الأب في الحياة ، وفي بقاء ذكره بعد موته • ويتضح ذلك من دعاء  
زكريا عليه السلام ربه أن يهبه غلاما يرثه • قال تعالى :

﴿ قال رب انى وهن العظم منى واشتعل الرأس شيئا ولم اكن بدعائك  
رب شقيا • وانى خفت الموالى من ورائى وكانت امرأتى عاقرا فهب لى  
من لدنك وليا • يرثنى ويرث من آل يعقوب ، واجعله رب رضيا •  
( مريم : ٤ - ٦ )

ويلاحظ أن حب البنين جاء فى القرآن مقرونا بحب المال فى  
كثير من الآيات • قال تعالى :

● ﴿ المال والبنون زينة الحياة الدنيا • • ﴾

( الكهف : ٤٦ )

● ﴿ ثم رددنا لكم الكرة عليهم وامدناكم باموال وبنين وجعلناكم

( الاسراء : ٦ )

أكثر نفيرا •

● ﴿ ويمدكم باموال وبنين ويجعل لكم جنات ويجعل لكم انهارا •

( نوح : ١٢ )

● ﴿ ذرنى ومن خلقت وحيدا • وجعلت له مالا ممدودا • وبنين

( المدثر : ١١ - ١٣ )

شهودا •

ويظهر الحب الأبوى عادة فى اهتمام الأب بأبنائه ، وفى رعايته  
لهم ، ونصحهم وتوجيههم الى ما فيه مصلحتهم وخيرهم • ويضرب  
لنا القرآن مثلا لدور الأب الحكيم فى نصح أبنائه وتوجيههم بما جاء  
على لسان لقمان من نصائح حكيمة نصح بها ابنه<sup>(١)</sup> •

٥ - حب الله :

ان ذروة الحب عند الانسان ، وأكثره سموا وصفاء وروحانية  
هو حبه لله سبحانه وتعالى ، وشوقه الشديد الى التقرب منه ،

(١) انظر سورة لقمان ، الآيات : ١٣ - ١٩

لا فى صلواته وتسبيحاته ودعواته فقط ، ولكن فى كل عمل يقوم به ،  
وفى كل سلوك يصدر منه .• اذ يكون توجهه فى كل أعماله  
وتصرفاته الى الله سبحانه وتعالى راجيا منه القبول والرضوان .  
قال تعالى :

● ﴿ قل ان كنتم تحبون الله فاتبعونى يحببكم الله ويغفر لكم  
ذنوبكم ، والله غفور رحيم ﴾ .  
( آل عمران : ٣١ )

● ﴿ يا ايها الذين آمنوا من يرتد منكم عن دينه فسوف  
ياتى الله بقوم يحبهم ويحبونه اذلة على المؤمنين اعزة على  
الكافرين يجاهدون فى سبيل الله ولا يخافون لومة لائم ،  
ذلك فضل الله يؤتيه من يشاء ، والله واسع عليم ﴾ .  
( المائدة : ٥٤ )

وحب المؤمن لله يفوق حبه لأى شىء آخر فى الحياة •• يفوق  
حبه لذاته ولأبنائه ولزوجته ولأهله ولأمواله • قال تعالى :

● ﴿ قل ان كان آباؤكم وابناؤكم واخوانكم وازواجكم وعشيرتكم  
واموال اقترفتموها وتجارة تخشون كسادها ومساكن  
ترضونها احب اليكم من الله ورسوله وجهاد فى سبيله  
فتربصوا حتى ياتى الله بامره ، والله لا يهدى القوم الفاسقين ﴾ .  
( التوبة : ٢٤ )

● ﴿ ومن الناس من يتخذ من دون الله اندادا يحبونهم  
كحب الله ، والذين آمنوا اشد حبا لله •• ﴾ .  
( البقرة : ١٦٥ )

وحينا يخلص الانسان فى حبه لله ، يصبح هذا الحب هو القوة  
الدافعة الموجة له فى حياته ، وتخضع كل أنواع الحب الأخرى لهذا  
الحب الالهى ، ويصبح انسانا يفيض بالحب للناس وجميع المخلوقات  
والكون بأسره ، اذ يرى فى كل الموجودات من حوله آثار ربه وعظمته  
تجلت قدرته •

## ٦ - حب الرسول :

ويأتى بعد حب الله تعالى فى ذروة السمو والنقاء والروحانية حب الرسول صلى الله عليه وسلم الذى أرسله الله تعالى رحمة للعالمين ، ليهديهم ويذكهم ، ويعلمهم الكتاب والحكمة ، والذى اصطفاه الله تعالى ليكون خاتم النبيين ورسوله للناس كافة ، وأنزل عليه القرآن الكريم - كتاب الله الخالد المصدق لما سبق من الكتب السماوية والمهيمن عليها . ولقد كان الرسول - صلوات الله عليه وسلامه - المثل الكامل للانسان فى أخلاقه وسلوكه وفيما تحلى به من محاسن الصفات والخصال ، وما أدل على ذلك من وصف القرآن له بأنه على خلق عظيم : ﴿ وانك لعلى خلق عظيم ﴾ ( القلم : ٤ ) .

والمؤمن الصادق الايمان يحمل كل الحب لرسول الله عليه أفضل الصلوات والسلام ، الذى تحمل مشاق الدعوة ، وجاهد جهاد الأبطال حتى نشر الاسلام فى ربوع العالم ، وتقل الانسانية من ظلمات الضلالة الى نور الهداية . وقد أوصانا القرآن الكريم بحب الرسول عليه الصلاة والسلام ، وقرن حب الرسول بحب الله وقرن طاعته بطاعة الله بقوله تعالى :

● ﴿ قل ان كان آباؤكم وأبنائكم وأخوانكم وأزواجكم وعشيرتكم وأموال اقترفتموها وتجارة تخشون كسادها ومساكن ترضونها احب اليكم من الله ورسوله وجهاد فى سبيله فتربصوا حتى ياتى الله بأمره ، والله لا يهدى القوم الفاسقين ﴾ . ( التوبة : ٢٤ )

● ﴿ .. ومن يطع الله ورسوله يدخله جنات تجرى من تحتها الأنهار خالدين فيها ، وذلك الفوز العظيم . ومن يعص الله ورسوله وينهه حدوده يدخله ناراً خالداً فيها وله عذاب مهين ﴾ . ( النساء : ١٣ - ١٤ )



وقال تعالى :

● ﴿ هو الذى ارسل رسوله بالهدى ودين الحق ليظهره على الدين كله ، وكفى بالله شهيدا ﴾ .

( الفتح : ٢٨ )

● ﴿ انا ارسلناك شاهدا ومبشرا ونذيرا . لتؤمنوا بالله ورسوله وتعزروه وتوقروه وتسبحوه بكرة واصيلا ﴾ .

( الفتح : ٨ - ٩ )

● ﴿ وارسلناك للناس رسولا ، وكفى بالله شهيدا . من يطع الرسول فقد اطاع الله .. ﴾ .

( النساء : ٧٩ - ٨٠ )

● ﴿ قل يا ايها الناس انى رسول الله اليكم جميعا الذى له ملك السموات والارض ، لا اله الا هو يحيى ويميت ، فآمنوا بالله ورسوله النبى الامى الذى يؤمن بالله وكلماته واتبعوه لعلكم تهتدون ﴾ .

( الاعراف : ١٥٨ )

● ﴿ وما ارسلناك الا كافة للناس بشيرا ونذيرا ولكن اكثر الناس لا يعلمون ﴾ .

( سبا : ٢٨ )

● ﴿ وما ارسلناك الا رحمة للعالمين ﴾ .

( الانبياء : ١٠٧ )

● ﴿ قل انما انا بشر مثلكم يوحى الى انما الهكم اله واحد ، فمن كان يرجوا لقاء ربه فليعمل عملا صالحا ولا يشرك بعبادة ربه احدا ﴾ .

( الكهف : ١١٠ )

والمؤمن الصادق الايمان يتخذ من الرسول عليه الصلاة والسلام المثل الأعلى الذى يقتدى به فى أخلاقه ، ويحذو حذوه فى سلوكه .  
قال تعالى :

● ﴿ لقد كان لكم في رسول الله أسوة حسنة لمن كان يرجو الله واليوم الآخر وذكر الله كثيرا ﴾ .

( الأحزاب : ٢١ )

● ﴿ فذكر إنما أنت مذكر . لست عليهم بمسيطر . إلا من تولى وكفر . فيعذبه الله العذاب الأكبر ﴾ .

( الفاشية : ٢١ - ٢٤ )

● ﴿ .. وما آتاكم الرسول فخذوه وما نهاكم عنه فانتهوا ، واتقوا الله ، إن الله شديد العقاب ﴾ .

( الحشر : ٧ )

● ﴿ واطيعوا الله واطيعوا الرسول ، فإن توليتم فأنما على رسولنا البلاغ المبين ﴾ .

( التغابن : ١٢ )

ومن الحديث النبوي الشريف :

— عن أبي هريرة رضي الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « فضلت على الأنبياء بست : أعطيت جوامع الكلم ، ونصرت بالرعب ، وأحلت لي الغنائم ، وجعلت لي الأرض طهورا ومسجدا ، وأرسلت إلى الخلق كافة ، وختم بي النبيون » . ( رواه مسلم )  
— « لا يؤمن أحدكم حتى يكون أحب إليه من والده وولده والناس أجمعين » . ( رواه البخاري )

— « إنما بعثت لأتمم مكارم الأخلاق » . ( رواه مالك )

— « إن شر الناس منزلة عند الله من تركه الناس اتقاء شره » .

( متفق عليه )

— « خير الناس من طال عمره وحسن عمله » .

( رواه الترمذي )

— عن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال : « ليس الغنى عن كثرة العرض ( المال ) ، ولكن الغنى غنى النفس » . ( متفق عليه )

\*\*\*

### ثالثا - الفرح :

يشعر الانسان بالفرح والسرور اذا قال ما تمناه ، وحصل على ما يجب أن يحصل عليه من مال ، أو مركز ونفوذ ، أو علم ، أو ايمان وتقوى . فالفرح أمر نسبي يتوقف على أهداف الانسان في الحياة . فمن كان هدفه في الحياة جمع المال ، والحصول على القوة والنفوذ وغير ذلك من متاع الحياة الدنيا ، كان نجاحه في تحقيق هذه الأهداف باعثا على فرحه وسروره . ومن كان هدفه في حياته التمسك بالايمان والتقوى والعمل الصالح لكي يحصل على ما يتمناه في الحياة الآخرة ، كان ذلك مصدر أمنه واطمئنانه وسروره . وقد ذكر القرآن الكريم هذين النوعين من الفرح . فذكر فرح الكفار بمتاع الحياة الدنيا :

﴿ وفرحوا بالحياة الدنيا وما الحياة الدنيا في الآخرة الا متاع ﴾

( الرعد : ٢٦ )

وذكر القرآن أيضا فرح المؤمنين بما أئزل اليهم من آيات القرآن الذي يهديهم الى الحق ، والذي فيه شفاء لهم وهدى ورحمة :

﴿ يا أيها الناس قد جاءكم موعظة من ربكم

وشفاء لما في الصدور وهدى ورحمة للمؤمنين . قل بفضل الله وبرحمته فبذلك فليفرحوا هو خير مما يجمعون ﴾ .

( يونس : ٥٧ - ٥٨ )

ومن كان متاع الحياة الدنيا هو مصدر فرحه وسروره ، وهو شأن معظم الناس ، فانه لا ينعم في الواقع بالحياة السعيدة المطمئنة المستقرة . وذلك لأنه اذا ما أنعم الله عليه بنعمة الصحة وسعة الرزق شعر بالفرح والسعادة ، وشغله متاع الدنيا ونعمتها عن ذكر الله تعالى وشكره . واذا ما أصابه ضرر أو بلاء ، وفقد بعض النعم التي كان يتمتع بها ، تملكه اليأس ، وجحد النعم الأخرى التي لا يزال ينعم بها . وهكذا يعيش مثل هذا الانسان في اضطراب مستمر ، وفي قلب دائم بين الشعور بالسعادة والشعور باليأس :

﴿ ولئن أذقنا الإنسان منا رحمة ثم نزعناها منه إنه ليؤس كفور .  
ولئن أذقناه نعماء بعد ضراء مسته ليقولن ذهب السيئات عني ، إنه لفرح  
فخور ﴾ . ( هود : ٩ - ١٠ )

أما من كان مصدر فرحه وسروره هو تمسكه بالايمان والتقوى  
والعمل الصالح واتباع منهج الله في حياته ، فهو يشعر في الواقع  
بالسعادة الحقيقية المستقرة الدائمة ، ويصدق عليه قول الله تعالى :

﴿ من عمل صالحا من ذكر أو أنثى وهو مؤمن فلنجينه حياه  
طيبة ، ولنجزينهم أجرهم بأحسن ما كانوا يعملون ﴾ .  
( النحل : ٩٧ )

ويصف القرآن أيضا السرور الذي يشعر به المؤمن يوم الحساب ،  
حينما ينجيه الله تعالى من شر ذلك اليوم ويدخله برحمته في جنة النعيم :

﴿ فوقاهم الله شر ذلك اليوم ولقاهم نضرة وسورا ﴾ .  
( الانسان : ١١ )

\*\*\*

#### رابعا - الكره :

الكره انفعال مضاد لانفعال الحب ، وهو عبارة عن شعور بعدم  
الاستحسان ، وعدم التقبل ، أو الشعور بالنفور والاشمئزاز ، والرغبة  
في الابتعاد عن الموضوعات التي تثير هذا الشعور ، سواء أكانت أشخاصا  
أو أفعالا أو أشياء . وبالرغم من أن الحب هو أساس الحياة الزوجية ،  
إلا أنه قد يحدث أحيانا بين الزوجين من سوء التفاهم وكثرة المشاحنات  
والخلافات ما قد يؤدي إلى نشوء الكراهية بينهما . وقد أشار  
القرآن الى ما قد يحدث أحيانا بين الأزواج من كراهية ، ودعا الى  
محاولة التغلب عليها حتى يمكن للحياة الزوجية أن تستمر ، فقال تعالى :

﴿ .. وعاشروهن بالمعروف ، فان كرهتموهن فعسى ان تكرهوا  
شيئا ويجمال الله فيه خيرا كثيرا ﴾ .  
( النساء : ١٩ )

وقد يكره الانسان شخصا آخر أو بعض الأشخاص الآخرين لاختلافه معهم فى رأى ، أو بسبب الفيرة منهم ، أو لما يسببونه له من احباط ، أو لغير ذلك من الأسباب التى تبث الكراهية فى النفس . وقد كان الكفار والمنافقون يكرهون المؤمنين ويحقدون عليهم ، قال تعالى :

﴿ يا ايها الذين آمنوا لا تتخذوا بطانة من دونكم لا يالونكم خيالا ودوا ما عنتم قد بدت البغضاء من افواههم وما تخفى صدورهم أكبر ، قد بينا لكم الآيات ، ان كنتم تعقلون . ما انتم اولاء تحبونهم ولا يحبونكم وتؤمنون بالكتاب كله واذا لقوكم قالوا آمنا واذا خلووا عضوا عليكم الانامل من الغيظ ، قل موتوا بغيظكم ، ان الله عليم بذات الصدور . ان تمسكم حسنة تسؤهم وان تصيبكم سيئة يفرحوا بها ، وان تصبروا وتتقوا لا يضركم كيدهم شيئا ، ان الله بما يعملون محيط ﴾ . ( آل عمران : ١١٨ - ١٢٠ )

والانسان يحب ذاته ، ويجب الخير لنفسه . وهو يكره الموت وكل ما يؤلمه ويؤذيه . ولذلك يكره الانسان القتال لما فيه من احتمال الموت أو الحاق الأذى بالنفس . وقد وصف القرآن الكريم كره الانسان للقتال فى قوله :

﴿ كتب عليكم القتال وهو كره لكم .. ﴾ .

( البقرة : ٢١٦ )

وان اقدام الانسان على التضحية بنفسه فى سبيل عقيدته يقتضى أن تكون قوة العقيدة قد بلغت لديه درجة عالية جدا بحيث تصبح أكثر قيمة لديه من ذاته ، وأشد قوة من حبه لذاته . ولهذا السبب كان المؤمنون يسارعون الى الجهاد والاستشهاد فى سبيل الله ، بينما كره المنافقون الذين لم يستقر الايمان فى قلوبهم أن ينفقوا أموالهم أو أن يضحوا بأنفسهم للجهاد فى سبيل الله ، وآثروا التخلف عن

الخروج للجهاد مع رسول الله عليه الصلاة والسلام ، كما أخذوا  
يشبطون غيرهم ويفرونهم بعدم الخروج للجهاد فى الحر الشديد .  
قال تعالى :

﴿ فرح المخلفون بمقعدهم خلاف رسول الله وكرهوا  
أن يجاهدوا بأموالهم وأنفسهم فى سبيل الله وقالوا لا تنفروا  
فى الحر ، قل نار جهنم أشد حرا ، لو كانوا يفقهون ﴾ .  
( التوبة : ٨١ )

ويؤثر الايمان أيضا فى نفس المؤمن ، فيدفعه الى التخلص من  
الكراهية لآخوانه المؤمنين . وأشاد القرآن بالمؤمنين الذين جاءوا بعد  
الأنصار والمهاجرين لدعائهم الله أن يغفر ذنوب المؤمنين الذين سبقوهم  
وأن يجعل فى قلوبهم كراهية أو حقدا للذين آمنوا ، فقال تعالى :

﴿ والذين جاءوا من بعدهم يقولون ربنا اغفر لنا ولاخواننا  
الذين سبقونا بالايمان ولا تجعل فى قلوبنا غلا للذين آمنوا ربنا انك  
رءوف رحيم ﴾ .  
( الحشر : ١٠ )

\*\*\*

#### خامسا - الغيرة والحسد :

« الغيرة » انفعال مكدر بغض يسيطر على الانسان عادة اذا  
شعر أن الشخص الذى يحبه يوجه انتباهه الى شخص آخر غيره . ومن  
أنواع الغيرة الشائعة ما يحدث بين الاخوة اذا ما شعر أحدهم أن  
والديه أو أحدهما يحب أحد اخوته أكثر منه . وقد وصف القرآن  
الكريم الغيرة بين الاخوة فيما رواه عن غيرة اخوة يوسف عليه السلام  
منه بسبب حب أبيهم له ولأخيه الأصغر وتفضيله لهما عليهم . فقال  
تعالى :

﴿ اذ قالوا ليوسف وأخوه احب الى أبينا منا ونحن عصبة ان أبانا  
لفى ضلال مبين . اقتلوا يوسف أو اطرحوه أرضا يخل لكم  
وجه أبيكم وتكونوا من بعده قوما صالحين ﴾ .

( يوسف : ٨ - ٩ )

وانفعال الغيرة انفعال مركب توجد فيه عناصر من عدة انفعالات أخرى وخاصة انفعال الكره . ولذلك فغالبا ما تكون الغيرة مصحوبة بالكره والحقد والرغبة في إيذاء الشخص الذي يثير الغيرة . وقد وصف القرآن الكريم ذلك أيضا فيما ذكره عن رغبة اخوة يوسف عليه السلام في قتله والتخلص منه ، وفيما قاموا به فعلا من القائه في غور البئر .

و « الحسد » انفعال يشعر فيه الانسان أن شخصا آخر يمتلك شيئا ما يتمنى هو أن يكون لديه هذا الشيء بدلا من أن يكون لهذا الشخص . وقد وصف القرآن هذا النوع من الحسد حينما خرج قارون في زينته على قومه فحسده بعض الناس ، وتمنوا أن يكون لهم مثل ما لقارون من جاه وأموال :

﴿ فخرج على قومه في زينته ، قال الذين يريدون الحياة الدنيا يا ليت لنا مثل ما أوتي قارون انه لذو حظ عظيم ﴾ .  
( القصص : ٧٩ )

ومثل هذا النوع من الحسد شائع بين كثير من الناس . فبعض الناس يميلون الى أن يحسدوا غيرهم على ما خصهم الله به من أموال أو أبناء أو صحة أو نجاح . وقد وصف القرآن الكريم حسد اليهود والمشركين للنبي عليه الصلاة والسلام لما خصه الله به من فضل النبوة ، وحسداهم للمؤمنين على ما خصهم الله به من فضل الايمان والهداية . قال تعالى :

● ﴿ ما يود الذين كفروا من اهل الكتاب ولا المشركين أن ينزل عليكم من خير من ربكم ، والله يختص برحمته من يشاء ، والله ذو الفضل العظيم ﴾ .  
( البقرة : ١٠٥ )

● ﴿ ود كثير من اهل الكتاب لو يردونكم من بعد ايمانكم كفارا حسدا من عند أنفسهم من بعد ما تبين لهم الحق ، فاعفوا واصفحوا حتى ياتي الله بأمره ، ان الله على كل شيء قدير ﴾ .  
( البقرة : ١٠٩ )

• ﴿ أم يحسدون الناس على ما آتاهم الله من فضله ، فقد آتينا آل إبراهيم الكتاب والحكمة وآتيناهم ملكا عظيما ﴾ .  
( النساء : ٥٤ )

وقد يحدث الحسد أيضا بين الاخوة ، وإن أول حسد حدث في الأرض هو حسد قاييل لأخيه هابيل حينما تقبل الله قربان هابيل ولم يتقبل قربان قاييل ، مما دفع قاييل الى قتل أخيه ، قال تعالى :  
﴿ واتل عليهم نبا ابنى آدم بالحق اذ قربا قربانا فتقبل من أحدهما ولم يتقبل من الآخر قال لاقتلنك قال إنما يتقبل الله من المتقين ﴾ .  
( المائدة : ٢٧ )

والحسد - مثل الغيرة - يثير الحقد والكراهية ، ويدفع الى تمنى وقوع الأذى للشخص المحسود ، وقد يدفع الى العدوان والحق الأذى بالشخص المحسود . ولما كان الحسد يؤدي الى كراهية وعدوان وأذى فقد طلب منا الله تعالى أن نستعيز من شر الحاسدين :  
﴿ ومن شر حاسد اذا حسد ﴾ . ( الفلق : ٥ )

ومن الحديث النبوى الكريم :

- عن أنس رضى الله عنه أن النبى صلى الله عليه وسلم قال :  
« لا تباغضوا ، ولا تحاسدوا ، ولا تدابروا ، ولا تقاطعوا ، وكونوا عباد الله اخوانا ، ولا يحل لمسلم أن يهجر أخاه فوق ثلاث » .  
( متفق عليه )

- وعن أبى هريرة رضى الله عنه أن النبى صلى الله عليه وسلم قال :  
« اياكم والحسد ، فإن الحسد يأكل الحسنات كما تأكل النار الحطب » . ( رواه أبو داود )

- وعن ابن مسعود رضى الله عنه عن النبى صلى الله عليه وسلم قال :  
« لا حسد الا فى اثنتين : رجل آتاه الله مالا ، فسلطه على مملكته ( انفاقه ) فى الحق ، ورجل آتاه الله حكمة ، فهو يقضى بها ويعلمها » . ( متفق عليه )

\*\*\*



## سادسا - الحزن :

الحزن افعال مضاد للفرح والسرور ، وهو يحدث اذا فقد الانسان شخصا عزيزا ، أو شيئا ذا قيمة كبيرة ، أو حلت به كارثة ما ، أو فشل فى تحقيق هدف هام . ويشعر الأبوان عادة بالحزن اذا ما لحق بأبنائهم أذى أو أصابهم مكروه . وقد أشار القرآن الكريم الى حزن أم موسى عليه السلام حينما ابتعد عنها ابنها بعد أن وضعتة فى صندوق وألقت به فى النهر وقذف به المروج بعيدا عنها :

﴿ فرددناه الى أمه كي تقر عينها ولا تحزن .. ﴾ .

( القصص : ١٣ )

ووصف القرآن حزن يعقوب من فقد ابنه يوسف عليهما السلام :

﴿ وتولى عنهم وقال يا أسفى على يوسف وابيضت عيناه من الحزن فهو كظيم ﴾ .

( يوسف : ٨٤ )

ووصف القرآن أيضا حالة الحزن التى أصابت المؤمنين الفقراء الذين جاءوا الى الرسول عليه صلوات الله وسلامه يطلبون الخروج معه للجهاد ، ولكن الرسول صلى الله عليه وسلم قال لهم انه لا يجد ما يحملهم عليه ، فتولوا عنه ليكون من الحزن :

﴿ ولا على الذين اذا ما اتوك لتحملهم قلت لا اجد ما احملكم عليه تولوا واعينهم تفيض من الدمع حزنا الا يجدوا ما ينفقون ﴾ .

( التوبة : ٩٢ )

ووصف القرآن أيضا شعور الحزن الذى ألم بأبى بكر رضى الله عنه حينما كان مع الرسول عليه الصلاة والسلام فى الغار ، وكان الكفار يطاردونهما :

﴿ .. اذ يقول لصاحبه لا تحزن ان الله معنا .. ﴾ .

( التوبة : ٤٠ )

وكان النبي صلوات الله عليه وسلامه يشعر بالحزن حينما يرى كفار مكة لا يستجيبون لدعوته بالايان بالله ، وبما أنزل عليه من القرآن:

● ﴿ ولا يحزنك الذين يسارعون في الكفر ، انهم لن يضروا الله شيئا ، يريد الله ألا يجعل لهم حظا في الآخرة ، ولهم عذاب عظيم ﴾ .  
( آل عمران : ١٧٦ )

● ﴿ ومن كفر فلا يحزنك كفره ، اليئس مرجعهم فننبتهم بما عملوا ، ان الله عليم بذات الصدور ﴾ .  
( لقمان : ٢٣ )

● ﴿ قد نعلم انه ليحزنك الذي يقولون ، فانهم لا يكذبونك ولكن الظالمين بآيات الله يجحدون ﴾ .  
( الانعام : ٢٣ )

ويذكر القرآن في كثير من الآيات الحزن مقرونا مع الخوف ، مما يشير الى أنهما انفعالا ان مكدران كثيرا ما يشعر بهما الانسان فيعكران صفو حياته . كما تشير هذه الآيات أيضا الى أن في الايمان بالله وتقواه والعمل الصالح وقاية من الخوف والحزن وعلاج لهما . ومن أمثلة هذه الآيات :

● ﴿ قلنا اهبطوا منها جميعا فاما يأتينكم مني هدى فمن تبع هداى فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون ﴾ .  
( البقرة : ٣٨ )

● ﴿ يا بنى آدم اما يأتينكم رسل منكم يقصون عليكم آياتى فمن اتقى واصلح فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون ﴾ .  
( الاعراف : ٣٥ )

● ﴿ وما نرسل المرسلين الا مبشرين ومنذرين ، فمن آمن وأصلح فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون ﴾ .  
( الانعام : ٤٨ )

● ﴿ بلى من أسلم وجهه لله وهو محسن فله أجره  
عند ربه ولا خوف عليهم ولا هم يحزنون ﴾ .  
( البقرة : ١١٢ )

\* \* \*

#### سابعاً - الندم :

الندم حالة انفعالية تنشأ عن شعور الانسان بالذنب ، وأسفه  
على ارتكابه ، ولومه لنفسه على ما فعل .. ولوم الانسان لنفسه  
وندمه على ما فعل من العوامل الهامة فى تقييم شخصية الانسان ، ودفعه  
الى تجنب الأفعال المشينة وارتكاب الذنوب التى تسبب له الندم ولوم  
النفس . ولذلك فقد أقسم الله تعالى بالنفس اللوامة تقديراً لأهميتها  
فى توجيه سلوك الانسان الى الابتعاد عن المعاصى التى تسبب له  
اللوم والندم . قال تعالى :

﴿ لا أقسم بيوم القيامة . ولا أقسم بالنفس اللوامة ﴾ .

( القيامة : ١ - ٢ )

أما « النفس اللوامة » فأتنا نجد فى التفسيرات المأثورة أقوال  
متنوعة عنها .. فمن الحسن البصرى : « ان المؤمن والله ما تراه  
الا يلوم نفسه .. ما أردت بكلمتى ؟ ما أردت بحديث نفسى ؟ وان  
الفاجر يمضى قدما ما يعاتب نفسه » .. فهذه النفس اللوامة المتيقظة  
التقية الخائفة المتوجسة التى تحاسب نفسها ، وتلتفت حولها ، وتبين  
حقيقة هواها ، وتحذر خداع ذاتها ، هى النفس الكريمة على الله حتى  
ليذكرها مع القيامة . ثم هى الصورة المقابلة للنفس الفاجرة ..  
نفس الانسان الذى يريد أن يفجر ويمضى قدما فى الفجور ، والذى  
يكذب ويتولى ويذهب الى أهله يتمطى دون حساب لنفسه ودون  
تلوم ولا تخرج ولا مبالاة<sup>(١)</sup> .

(١) سيد قطب : فى ظلال القرآن ( ج ٦ ) . ( القاهرة : دار الشروق ،  
١٩٧٦ ) ، ص ٣٧٦٨

« واللومة » صيغة مبالغة من اللوم ، وهو شدة التعنيف والمؤاخذة . فاللومة كثيرة التعنيف لصاحبها ، وهذا اللوم الواقع من النفس اللومة لصاحبها يتجه في طريقين<sup>(١)</sup> :

١ - محاسبة صاحبها على ارتكابه العمل السيء . . . كاعتقافه معصية من المعاصي ، أو توجيهه بالأذى لمن لا يستحقه ، أو عقابه على الشر بأكثر من المثل . . . وهي بهذا اللوم الدائب توظف في صاحبها روح التوبة ، وتحمله على الرجوع عن غير سبيل المؤمنين ، والاتجاه الى الله تعالى لطلب العفو عما اقترف من سيئات .

٢ - محاسبة صاحبها على التقصير في العمل الصالح ، وهذه المحاسبة ذات شقين :

( أ ) محاسبة على التقصير في أصل العمل الصالح . . . كترك التصديق على مسكين ، أو إهمال العطف على يتيم ، أو القعود عن فجدة مستغيث . . . وهي بذلك إنما تحول مجرى السلوك الى سلوك آخر أفضل منه .

( ب ) محاسبة على التقصير في الاستكثار من فعل الخير . . . مثل لومها على التصديق بمبلغ صغير .

ويصف بعض الباحثين النفس اللومة بـ « الملهمة » . . . ويقصد بذلك أنها ألهمت الخير والشر ، وأنها تدور في الاختيار بينهما حسب مواقف الحياة المختلفة ، وحسب ما يعتورها من نوازع الهدى والضلال ، وطبقا لما يجتذبها من تيارات الرغبة أو الرهبة . . . وهذا تأويل آيات عديدة في القرآن الكريم ، متضمنة كلها لهذا المعنى :

﴿ ونفس وما سواها . فآلهمها فجورها وتقواها .  
قد افلح من زكاها . وقد خاب من دساها ﴾ .  
( الشمس : ٧ - ١٠ )

(١) إبراهيم محمد سرسيق : النفس الانسانية في القرآن الكريم .  
جدة : تهامة للنشر ، ١٩٨١ ، ص ٦١ - ٦٢

وفي صحيح مسلم عن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال :  
« يقول الله عز وجل : انى خلقت عبادى حنفاء ، فجاءتهم الشياطين  
فاجتالهم عن دينهم » . ( الحنفاء : المائلين عن الضلال المتجهين الى  
الحق ) .

إن الانسان مخلوق مزدوج الطبيعة ، مزدوج الاستعداد ، مزدوج  
الاتجاه . ونعنى بكلمة « مزدوج » أنه بطبيعته مزود باستعدادات للخير  
والشر ، والهدى والضلال . فهو قادر على التمييز بين ما هو خير  
وما هو شر ، كما أنه قادر على توجيه نفسه الى الخير وإلى الشر  
سواء . وأن هذه القدرة كامنة فى كيانه ، يعبر عنها القرآن الكريم  
بالإلهام تارة : « ونفس وما سواها . فإلهمها فجورها وتقواها » .  
( الشمس : ٧ ، ٨ )

ويعبر عنها بالهداية تارة : « وهديناه النجدين » ( البلد : ١٠ ) .  
فهى كامنة فى كيانه فى صورة استعداد ، بينما نجد الرسائل والتوجيهات  
والعوامل الخارجية إنما توقف هذه الاستعدادات وتشتتها ، ولكنها  
لا تخلقها ، فهى مخلوقة فطرة ، وكائنة طبعاً ، وكامنة الهاماً . وهناك  
الى جانب هذه الاستعدادات الفطرية الكامنة قوة واعية مدركة موجهة  
فى ذات الانسان ، هى التى تناط بها التبعة . فمن استخدم هذه  
القوة فى تزكية نفسه وتطهيرها وتنمية استعداد الخير فيها وتغليبها على  
استعداد الشر ، فقد أفلح ، ومن خاب هذه القوة وأضعفها فقد خاب (١) .  
« قد أفلح من زكاها . وقد خاب من دساها » .

( الشمس : ٩ - ١٠ )

وأول ندم شعر به الانسان ما حدث الأبرونا آدم وحواء عليهما  
السلام وهما فى الجنة وقبل هبوطهما الى الأرض . فقد عصيا أمر  
ربهما وأكلا من الشجرة التى نهاهما عن الاقتراب منها ، وظهرت

(١) سيد قطب : فى ظلال القرآن ( ج ٦ ) ، ص ٣٩١٧

سوءاتهما ، فشعرا بالندم وتوجها الى الله تعالى يطلبان منه المغفرة والتوبة :

﴿ وقلنا يا آدم اسكن أنت وزوجك الجنة وكلا منها رغدا حيث شئتما ولا تقربا هذه الشجرة فتكونا من الظالمين . فآزلهما الشيطان عنها فاخرجهما مما كانا فيه ، وقلنا اهبطوا بعضكم لبعض عدو ، ولكم في الأرض مستقر ومتاع الى حين . فتلقى آدم من ربه كلمات فتاب عليه ، انه هو التواب الرحيم ﴾ .  
( البقرة : ٣٥ - ٣٧ )

وثانى ندم شعر به الانسان فى الدنيا بعد ذلك حدث عندما قتل قابيل أخاه هابيل ، ثم ندم بعد ذلك على قتله :

﴿ فطوعت له نفسه قتل أخيه فقتله فاصبح من الخاسرين . فبعت الله غرابا يبحث فى الأرض ليريه كيف يوارى سواة أخيه ، قل يا ويلتى أعجزت أن اكون مثل هذا الغراب فاوارى سواة أخى ، فاصبح من النادمين ﴾ .  
( المائدة : ٣٠ - ٣١ )

ويصف القرآن ما سيحدث يوم القيامة من ندم بعض الكفار لعدم ايمانهم أو تصديقهم لدعوة الرسول عليه الصلاة والسلام :

﴿ ويوم يعرض الظالم على يديه يقول يا ليتنى اتخذت مع الرسول سبيلا . يا ويلتى ليتنى لم اتخذ فلانا خليلا ﴾ .  
( الفرقان : ٢٧ - ٢٨ )

\*\*\*

ثامنا - الزهو والكبر :

الزهو حالة انفعالية معقدة نلاحظها بين بعض الناس ، وهى الإعجاب بالنفس والغرور والتعظيم والكبرياء . وقد يصبح الزهو عند بعض الناس سمة سلوكية تتميز بها شخصياتهم . وقد ذم القرآن الكريم الزهو والكبر والتعالى على الناس ، فقال تعالى :

● ﴿ ولا تمش في الأرض مرحا ، انك لن تخرق الأرض  
ولن تبلغ الجبال طولا ﴾ . ( الاسراء : ٣٧ )

﴿ ولا تصغر خدك للناس ولا تمش في الأرض مرحا ،  
ان الله لا يحب كل مختال فخور ﴾ . ( لقمان : ١٨ )

والاعجاب بالنفس يؤدي الى التعظيم والتعالى على الناس ومعاملتهم  
في تحقير واستكبار . وقد ذم القرآن في كثير من الآيات استكبار  
المشركين والمنافقين وعنادهم في قبول الحق تكبرا وتعاظما ، ومن أمثلة  
هذه الآيات :

● ﴿ واذا قيل لهم تعالوا يستغفر لكم رسول الله لووا  
وعوسهم ورايتهم يصلون وهم مستكبرون ﴾ .  
( المنافقون : ٥ )

● ﴿ ويل لكل افاك ائيم . يسمع آيات الله تتلى عليه ثم يصر  
مستكبرا كان لم يسمعها ، فبشهره بعذاب اليم ﴾ .  
( الجاثية : ٧ - ٨ )

ويعطينا القرآن قصة فرعون نموذجا للشخصيات المتطرفة في الزهو  
والتعالى والاستكبار . قال تعالى :

● ﴿ فحشر فننادى . فقال انما ربكم الاعلى ﴾ .  
( النازعات : ٢٣ - ٢٤ )

● ﴿ وقال فرعون يا ايها الملا ما علمت لكم من اله غيرى . . ﴾ .  
( القصص : ٢٨ )

● ﴿ ونادى فرعون في قومه قال يا قوم اليس لى ملك مصر  
وهذه الانهار تجري من تحتى ، افلا تبصرون . ام انا خير من  
هذا الذى هو مهين ولا يكاد يبين ﴾ .  
( الزخرف : ٥١ - ٥٢ )

ومن آيات القرآن الكريم فيما يختص بالتكبر والاختيال والفخر :  
● ﴿ سَأَصْرِفُ عَنْ آيَاتِيَ الَّذِينَ يَتَكَبَّرُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ  
وَأَنْ يَرَوْا كُلَّ آيَةٍ لَا يُؤْمِنُوا بِهَا وَأَنْ يَرَوْا سَبِيلَ الرُّشْدِ  
لَا يَتَّخِذُوهُ سَبِيلًا وَأَنْ يَرَوْا سَبِيلَ الْغَىِّ يَتَخَذُوهُ سَبِيلًا ،  
ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَذَبُوا بآيَاتِنَا وَكَانُوا عَنْهَا غَافِلِينَ ﴾ .

( الأعراف : ١٤٦ )

● ﴿ وَاسْتَكْبَرُوا وَجْهَهُمْ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَظَنُوا أَنَّهم  
الْبَيْتَ لَا يَرْجِعُونَ ﴾ . ( القصص : ٣٩ )

● ﴿ وَأَنْتَ كَلَّمَا دَعَوْتَهُمْ لَتُغْفِرَ لَهُمْ جَعَلُوا أُصْأَبُهُمْ فِي أَذَانِهِمْ  
وَاسْتَفْسَحُوا لِيَابَهُمْ وَاصْبُرُوا وَاسْتَكْبَرُوا اسْتِكْبَارًا ﴾ .  
( نوح : ٧ )

● ﴿ وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ ، إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ  
عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ ﴾ .  
( غافر : ٦٠ )

● ﴿ تِلْكَ النَّارُ الْآخِرَةُ نَجْعَلُهَا لِلَّذِينَ لَا يُرِيدُونَ عُلُوًّا فِي الْأَرْضِ  
وَلَا فَسَادًا ، وَالْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ ﴾ . ( القصص : ٨٣ )

ومن الحديث النبوي الشريف :

— عن حارثة بن وهب رضى الله عنه قال : سمعت رسول الله صلى  
الله عليه وسلم يقول : « ألا أخبركم بأهل النار ؟ : كل عتل جواظ  
متكبر » . ( متفق عليه )

— عن أبي هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه  
وسلم : « قال الله عز وجل : العز ازاري ، والكبرياء ردائي ، فمن  
ينازعني عذبت » . ( رواه مسلم )

— قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « من كان في قلبه مثقال  
حبة من خردل من كبر ، كبه الله لوجهه في النار » . ( رواه أحمد )

\* \* \*



## الفصل الثالث

### مفهوم النفس السوية

- النفس السوية والشخصية  
السوية .
- مفهوم الشخصية السوية .
- الشخصية السوية في القرآن .
- ملامح الشخصية السوية .
- المميزات السلوكية للشخصية  
السوية .
- الشخصية المستقلة .
- التوازن في الشخصية .

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## النفس السوية . . والشخصية السوية

### ● مفهوم النفس السوية :

لم يكن الانسان فى يوم من الأيام أشد حاجة الى فهم شخصيته مما هو عليه الآن ، ذلك لأن ثمة صرخة مدوية ترتفع الآن فى كل مكان معلنة أن الانسان قد نمت معرفته بالعالم الطبيعى وتقدمت سيطرته عليه ، فأصبح يرتاد الفضاء ووصل الى القمر ، حتى أصبح قاب قوسين أو أدنى من الهلاك . فلقد وصل الانسان اليوم الى مرحلة من القدرة والمهارة يكاد معها أن يدمر نفسه بنفسه . ولم يعد أماننا اليوم الا أن نسمى معرفتنا بالطبيعة البشرية ، حتى يحدث التوازن اللازم فى المعرفة الانسانية ، وحتى نكون أكثر قدرة على التحكم فى العوامل التى تسيير بنا الى طريق الدمار<sup>(١)</sup> .

ويؤيد هذا القول ما جاء فى أحد مراجع « العلاقات الانسانية »<sup>(٢)</sup> حيث ذكر المؤلف أن المجتمع الغربى قد فشل فى أن ينمى الأساليب والوسائل والمهارات اللازمة فى المجالات الاجتماعية والشخصية والعلاقات الانسانية ، حتى يتمكن من أن يساير التقدم الذى أحرزه فى المهارات والوسائل والأساليب غير الانسانية السائدة فى المجتمع . وكان يشير بقوله هذا الى التقدم الذى حققته أمريكا فى مجال العلوم الطبيعية وغزو الفضاء واستخدام الأسلحة النووية التى قد تعجل بقاء البشرية ، دون أن يواكب ذلك التقدم الملائم فى مجال العلوم الانسانية .

(١) محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والصلاج النفسى ، القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ٣ - ٤

(٢) Berrien, F.; Comments and Cases on Human Relations , New York : Harper, 1951, pp. 4 — 6.

ويبدأ الانسان بالتفكير فى ذاته عندما يدرك أن قدرته على التوافق قد اضمحلت ، وأن علاقته بالبيئة المحيطة به لم تعد علاقة ود وأمن ، وعندما يشعر بحدة القصور وانعدام التكافؤ بينه وبين العالم المادى والاجتماعى الذى يعيش فيه ، وعندما يشعر بالعزلة والفرقة بينه وبين الآخرين . عندئذ يتردد الانسان الى نفسه ، وتتجسم فى أوهامه قنائمه . ويشعر بحاجة ملحة الى أن يختبر ذاته ويحاسبها ويحاول جاهدا أن يتفهمها . ولكن ليس معنى أن يتردد الانسان الى نفسه وأن يتفهم شخصيته أنه قد أصبح بالضرورة قادرا على فهمها . فلقد قامت على مر التاريخ محاولات عديدة لفهم الشخصية الانسانية ، ولكن لا تزال الانسانية تعتبر فى بداية الطريق الى تحقيق هذا الهدف الضخم ، لأن هناك عوامل كثيرة يمكن أن تعطل فهم الانسان لذاته . فالانسان الذى ظل طوال هذه الأجيال ينظر الى نفسه على أنه محور هذا الكون ، وأن كل شئ مخلوق من أجله ، لا يستطيع أن ينظر الى الأمور التى تتصل به وبشخصيته بعين مجردة أو أن يقف منها موقفا علميا موضوعيا خاليا من كل تحيز ومن كل رغبة شخصية . ولهذا تعطلت الدراسة العلمية للشخصية الانسانية فترة طويلة (١) .

وأخيرا قامت محاولات لدراسة الشخصية دراسة علمية خرجنا منها بنظريات متعددة . منها ما يهتم بدراسة أنماط الشخصية أو سماتها ، ومنها ما يعنى بالجوانب البيولوجية للشخصية ، وهناك نظرية التحليل النفسى ، ونظرية التعلم ، ونظرية الذات ، ونظرية العوامل الثقافية وغيرها ، مما سنناقشه فى الفصل التالى ، ولا تزال المحاولات مستمرة .

\* \* \*

### ● مفهوم الشخصية السوية :

يتميز المجتمع الحديث بأنه دائم التغير ، ومن هنا كان على الفرد

---

(١) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى ، القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ٦

— الذى يتفاعل مع الظروف المتغيرة فى البيئة — أن يتعلم كيف يستجيب لهذه الظروف ويواجهها بطريقة تحقق له التكيف الشخصى والاجتماعى السليم . ومن ناحية أخرى فإن السلوك الانسانى يرتبط ارتباطا وثيقا مع الظروف الداخلية والخارجية التى يتعرض لها الفرد . وعلى ذلك فإننا لا نستطيع أن نفهم السلوك البشرى ببساطة بمجرد دراسة الظروف الخارجية التى يتعرض لها الفرد ، إذ يرتبط سلوكه أيضا بالخواص والمميزات والاستعدادات الداخلية للفرد . ويمكن القول بأن الاستعدادات الطبيعية التى يحملها كل فرد لها أثر كبير فى تحديد نمط سلوكه .

وبناء على ما تقدم يمكن القول انه دون الفهم الواعى لطبيعة شخصية الفرد فإننا لا نستطيع أن نفهم سلوكه فهما كاملا . ويستلزم هذا الفهم كذلك دراسة الظروف المختلفة التى تسهم فى احداث الاستجابات السلوكية فى المواقف المختلفة . فأنماط سلوك الفرد تتحدد من خلال التفاعل فيما بين مكونات الشخصية وبين الظروف الاجتماعية والطبيعية التى تتفاعل فى اطارها .

وفى ضوء ما تقدم يمكن أن نعرف الشخصية على النحو الآتى :

أولا : « الشخصية هى ذلك التنظيم الديناميكى فى الفرد لتلك الاستعدادات النفسية التى تحدد طريقته الخاصة فى التكيف مع البيئة » (١) .

والمقصود بالتنظيم الديناميكى أن تكوين الشخصية لا يكون ثابتا بل يتغير بمرور الزمن تحت المؤثرات المختلفة والظروف المحيطة . ويقصد بالاستعدادات النفسية والجسمية تلك العادات والاتجاهات

---

(١) Allport , G. ; **Personality : A Psychological**

Interpretation. New York : Holt, 1937, p. 48.

والعواطف التى اكتسبها الفرد نتيجة لمروءه بخبرات معينة • نخلص من ذلك أن الشخصية هى نتاج كل من العقل والجسم فى وحدة كلية متكاملة •

ويتميز هذا التعريف بما يأتى :

١ - أوضح أن الشخصية تنظيم أو تكوين ديناميكى عام • ويقصد بذلك أنه قابل للتغير ، وذلك نتيجة للتفاعل الدائم بين مختلف العوامل الشخصية والاجتماعية والثقافية •

٢ - يشير الى التكوينات الجزئية الجسمية النفسية • ويقصد بهذا أن الشخصية تكوين عام يندرج تحته تكوينات جزئية ، فى جميع ما يتميز به الفرد من عادات واتجاهات وانفعالات واستعدادات ومشاعر وقيم • ويشير التعريف كذلك الى أن التكوينات المختلفة هى مزيج من النواحي الجسمية والنفسية •

٣ - يشير التعريف الى أن الشخصية هى استعداد يحدد استجابة الفرد لمختلف المثيرات التى تحيط به ، والى أن أساليب التكيف خاصة بالفرد أى أنها تميزه عن غيره من الأفراد •

٤ - وأخيرا يشير التعريف الى أن تكيف الفرد مع بيئته ليس تكيفا سلبيا للعوامل البيئية المحيطة بالفرد ، ولكنه تكيف ايجابى فعال للبيئة الحقيقية ، كما أنه تكيف للبيئة كما يتخيلها الفرد أو يتصورها أو يتمناها •

ثانيا : يرى « كاتل » أن « الشخصية هى تلك التى تمكننا من التنبؤ بما سوف يفعله الشخص فى موقف معين ، وعلى ذلك فإن هدف البحوث النفسية فى الشخصية هو تحديد قوائن تتعلق بما سوف يفعله الأفراد المختلفون فى جميع أنواع المواقف الاجتماعية والبيئية العامة ••

ان الشخصية تتعلق بكل سلوك الفرد سواء أكان سلوكا صريحا أو متخفيا» (١) .

من الواضح أن هذا التأكيد على أن دراسة الشخصية تتضمن « كل » السلوك لا يتعارض مع ضرورة التجريد والتجزئة اللذين يحدثان في الدراسة التجريبية العادية . انه مجرد تذكرة بأنه لا يمكن فهم معنى أجزاء السلوك الصغير فهما كاملا الا اذا نظرنا اليها داخل الاطار الأكبر للكائن الكلى الفعال .

ثالثا : « الشخصية هي ذلك التنظيم المتكامل من الصفات والمميزات والتركيبات الجسمية والعقلية والافعالية والاجتماعية التي تبدو في العلاقات الاجتماعية للفرد ، والتي تميزه عن غيره من الأفراد تميزا واضحا » (٢) .

ويعنى هذا التعريف أن مفهوم الشخصية يشمل دوافع الفرد وافعالاته وعواطفه وميوله واهتماماته وسماته واتجاهاته وآراءه ومعتقداته ، كما يشمل عاداته وقدراته العقلية العامة والخاصة وما يتخذ من أهداف ومثل وقيم اجتماعية ، وتنظيم كل هذه الجوانب في كل متكامل يتسم بالاتساق والانتظام .

رابعا : « الشخصية هي ذلك التنظيم التكاملى الديناميكي الذي يتميز به الفرد ، وتتكون من التفاعل المستمر المتبادل بين المكونات الجسمية والنفسية بشقيها - العقلية والافعالية - ومؤثرات البيئة المادية والاجتماعية » (٣) .

---

Cattell, R.; Personality : Systematic, Theore-

tical, and Factual Study. New York : Mc. Graw - Hill, 1950, p. 302

(٢) مصطفى فهمى : علم النفس الاكلينيكي . القاهرة : مكتبة مصر ، ١٩٦٧ ص ٥٦

(٣) عطية محمود هنا وآخرون : الشخصية والصحة النفسية ، القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٨ ، ص ٩

نخلص من هذا التعريف أن الشخصية تنقسم الى :

- ١ - مكونات جسمية •
- ٢ - مكونات معرفية « عقلية » •
- ٣ - مكونات مزاجية « انفعالية » •
- ٤ - مكونات بيئية « العواطف والاتجاهات والقيم » •

خامسا : يمكن أن نعرف الشخصية تعريفا اجرائيا فنقول :

« انها ذلك المفهوم أو ذلك الاصطلاح الذى يصف الفرد من حيث هو كل موحد من الأساليب السلوكية والادراكية المعقدة التنظيم ، التى تميزه عن غيره من الناس وبخاصة فى المواقف الاجتماعية » (١) •  
ويتميز هذا التعريف بتأكيدہ للنقاط الآتية :

- ١ - أنه يعتبر أن الشخصية مفهوم وليست شيئا ملموسا •
- ٢ - أنه يعتبر أن لفظ الشخصية يشير الى أساليب سلوكية وادراكية يرتبط بعضها ببعض الآخر فى تنظيم معين يجعل منها كلا موحدا ، وأن هذا الكل شديد التعقيد •
- ٣ - أنه يعتبر أن ما يهنا من الأساليب السلوكية عندما تحدث عن الشخصية هو ما يتصل منها بالمواقف الاجتماعية على وجه الخصوص •

وهناك تعريفات أخرى تهتم بالوظيفة التنظيمية للشخصية • ومثل هذا التعاريف ترى أن الشخصية هى التنظيم أو النمط الذى يخلع على هذه الضروب الجزئية والمتباينة من سلوك الفرد ، أو أن التنظيم نتاج للشخصية التى هى قوة ايجابية فعالة فى الفرد • ان الشخصية هى ما يعطى تآلفا ونظاما لجميع الأشكال المختلفة من السلوك الذى يمارسه

---

(١) محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسى ،

القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ١٣



الفرد ، فالشخصية تتكون من الجهود التي يبذلها الفرد في التوافق ، وهي جهود متباينة وان كانت مميزة • وثمة تعريفات أخرى ترى الشخصية مرادفا للجوانب الفريدة أو الفردية من السلوك • وبهذا المعنى تصبح اصطلاحا يشير الى تلك الأشياء التي يتصف بها الفرد والتي تميزه وتفرق بينه وبين بقية الأشخاص • وأخيرا يعتبر الباحثون في الشخصية أنها تمثل جوهر الانسان •• وترى هذه التعريفات أن الشخصية تشير الى ذلك الجانب من الفرد الذى يمثل أكثر من الجوانب الأخرى ، ليس لأنه الجانب الذى يفرق بينه وبين الأشخاص الآخرين فحسب ، ولكن لأنه هو ما يكون عليه الشخص في حقيقته • ويتمثل هذا النوع من التعريف فيما يراه « ألبورت » من أن « الشخصية هي ما يكون عليه الانسان في حقيقته » (١) • ومقتضى هذا أن الشخصية تتكون في نهاية الأمر من أكثر الأشياء تمثيلا وأعمقها تميزا للشخص (٢) •

بعد هذا العرض لوجهات نظر مختلفة في تعريف الشخصية ومناقشتها ، نرى الاكتفاء بهذا القدر ، حيث سنناقش وجهات النظر المختلفة للشخصية بأسهاب في الفصل التالى

\*\*\*

### ● الشخصية السوية :

يتضح من المناقشة السابقة أن الشخصية مصطلح مجرد يرمز الى أنماط السلوك المميزة التي يتصرف بها الشخص بالنسبة لمواقف الحياة المختلفة • ويمكن القول إن « الشخصية السوية » ترمز الى طرق التصرف التي يتصرف بها الأفراد ليصبحوا سعداء وأصحاء (٣) •

(١) Allport, G.. Personality : A Psychological Interpretation. New York : Holt, 1937, p. 48.

(٢) فرج أحمد فرج ، قدرى حفى ، لطفى فطيم ( ترجمة ) : نظريات الشخصية • القاهرة : الهيئة العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١ ، ص ٢٢  
(٣) حسن الفقى ، وسيد خير الله ( ترجمة ) : الشخصية بين الصحة والمرض • القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٧٣ ، ص ٢ - ٣

وإذا ما تساءلنا عن شكل الشخصية السوية ، أو كيف يتصرف الشخص السوى في مواقف الحياة المختلفة ، نجد أنه من المتعذر وصف الشخصية الصحية أو السوية بـكليتها لأننا لا نستطيع أن نصف أية شخصية ككل . \* وأفضل ما يمكن عمله هو أن نصف عينة من سلوك الشخص وسماته ، فافا لا نعرف أى شخص بطريقة شاملة كلية ، لأننا لا نلاحظ كل شيء يفعله الشخص . \* وإذا ما حاولنا وصف شخصية سوية فرضية ، ينبغي أن تقنع بأوصاف عامة لخواص الشخصية ذات القيمة .

وسنقدم فيما يلي أوصافاً مختصرة للشخصية السوية .

أولاً : قدم « مازلو »<sup>(١)</sup> نظرية في الدوافع الانسانية تفترض أن الحاجات تنظم في تدرج من الأهمية أو القوة . فعندما تشبع الحاجات ذات القوة الكبرى أو الأولوية فإن الحاجات التالية في التدرج الهرمى تبرز وتلج في طلب الاشباع هي الأخرى ، وعندما تشبع نكون قد صعدنا خطوة أخرى على سلم الدوافع . ونظام التدرج الهرمى للحاجات من أكثرها قوة الى أقلها قوة هو كما يلي : الحاجات البيولوجية كالجوع والعطش ، وحاجات الأمن ، ثم الحاجة الى الانتماء والحب ، وحاجات الاعتراف والتقدير ، وحاجات تقدير الذات ، ثم الحاجات المعرفية ، وأخيراً الحاجات الجمالية كالرغبة فى الجمال ، ويلاحظ أن هذا التدرج الهرمى لا مكان فيه للحاجات المعادية للمجتمع والمحدثة للأذى . ان الانسان يمكن أن يصبح معادياً للمجتمع فقط عندما ينكر عليه هذا المجتمع اشباع حاجاته . ويرى « مازلو » أنه كى ينمو علم النفس ويصبح أكثر اكتمالاً وشمولاً يصبح حتماً على علماء النفس دراسة الذين حققوا مكافاتهم الى أقصى مداها ، بدلا من الاقتصار على دراسة حالات غير سوية .

---

(١) Maslow, A.; Motivation and Personality New York : Harper, 1954. p. 12.

وهذا هو ما فعله مازلو •• فقد قام يبحث متعمق وشامل لجماعه من الأشخاص الذين حققوا ذواتهم • وهؤلاء أشخاص يندر وجودهم ، كما وجد مازلو عندما شرع فى الوصول الى مجموعته • وعثر على مفحوصين مناسبين ، بعضهم كانوا شخصيات تاريخية مثل لنكولن وجيفرسون وبيتهوفن ، فى حين كان البعض الآخر لا يزال على قيد الحياة عند القيام بدراسته مثل روزفلت وآينشتاين والبعض من أصدقائه ومعارفه • وقد درسهم مازلو دراسة اكلينيكية للكشف عن الخصائص المميزة لهم عن بقية الناس العاديين ، فظهر له أن السمات المميزة لهم هى :

- ١ - أن لهم اتجاها واقعيا •
- ٢ - أنهم يتقبلون أنفسهم والآخرين والعالم الطبيعي كما هم •
- ٣ - أنهم على قدر كبير من التلقائية •
- ٤ - أنهم يتركزون حول المشكلات بدلا من أن يتركزوا حول أنفسهم •
- ٥ - أنهم على قدر من الانفصال والحاجة الى الخصوصية •
- ٦ - أنهم يتسمون بالاستقلال الذاتى •
- ٧ - أن تقديرهم للأفراد والأشياء متجدد ، دون نمطية جامدة •
- ٨ - لمعظمهم خبرات روحية أو غيبية عميقة ، دون أن تكون بالضرورة ذات طابع دينى
- ٩ - أنهم يتوحدون بالبشرية جمعا •
- ١٠ - أن علاقاتهم الحميمة بأشخاص قليلين يكونون لهم حبا خاصا يغلب أن تكون عميقة وذات طابع انفعالى عميق دون أن تكون سطحية •
- ١١ - أن اتجاهاتهم وقيمهم ذات طابع ديمقراطى •
- ١٢ - أنهم لا يخلطون بين الغاية والوسيلة •
- ١٣ - أن روح المرح لديهم ذات طابع فلسفى وليست ذات طابع عبدائى •

١٤ - أنهم يولعون أشد الولع بالخلق والابتكار .

١٥ - أنهم يقاومون الامتثال للثقافة والخضوع لها

ويبدو أن اسهام مازلو الفريد لوجهة نظر الكائن العضوى هو انشغاله بالأصحاء أو الأسوياء من الناس بدلا من المرضى أو غير الأسوياء .

ثانيا : أن الفرد يعبر عن شخصية صحية سوية عندما يكون قادرا على اشباع حاجاته عن طريق السلوك الذى يتفق مع كل من معايير المجتمع ومطالب ضميره . وهذا يعنى أنه لا يوجد تعريف معين للشخصية السوية ينطبق على كل المجتمعات وفى كل الأوقات ، ولكنه يوضح ما يجب أن يقوم به الشخص حتى يمكن الحكم عليه بأنه شخصية سوية ، وهو يعنى :

١ - أنه يشعر بالاشباع ، والاشباع يؤدي الى حالة انفعالية تعرف بالسعادة أو الاكتفاء ، وتتفق معظم المراجع العلمية السلوكية على أنه بدون الاشباع لن تكون هناك شخصية صحية أو سوية . والشخص الذى يبدى عدم رضاء مستمرا لا يمكن أن يعتبر شخصية سوية .

٢ - أن الفرد لا بد أن يجد اشباعا بطريقة معينة . فهو لا يستطيع أن يتصرف عشوائيا ليؤمن اشباعاته . فلا بد أن يتصرف بطرق ووسائل تدخل فى اطار القانون والتقاليد والأخلاق السائدة فى مجتمعه . كما أن الشخصية السوية تعنى أن الضمير - الأخلاقيات والقيم التى اكتسبها الشخص من خلال عملية التطبيع الاجتماعى - يجب أن ينظر اليه بعين الاعتبار أثناء البحث عن الاشباع (١) .

ثالثا : يرى بعض علماء النفس - فخص منهم بالذكر « مازلو » و « فروم » - أن بعض الحاجات عالمية أو مستقلة عن الثقافة ، وأنه

---

(١) حسن الفقى ، وسيد خير الله ( ترجمة ) : الشخصية بين الصحة

يجب على بنى الانسان أن تكون لديهم اشباعات معينة ما داموا انسانيين ، وألا يعملوا على مستوى الفعل المنعكس أو الغريزة ، والا فانهم يتجردون من الانسانية أو يصبحون غير أسوياء .

ويؤكد « فروم » أن الانسان يحتاج الى الاحساس بالانتماء لأخيه الانسان ، وبالأحاساس بالقدرة على الابداع والابتكار ، وأن يكون سيد الطبيعة وليس ضحية مستسلمة منصاعة ، وبالأحاساس بالانتماء للجماعة والشعور بالأخوة لكل بنى الانسان ، وبالأحاساس بالذاتية - أى الشعور بالاستقلال الذاتى - وأخيرا يحتاج الانسان الى فلسفة فى الحياة أو عقيدة دينية تعنى معنى واتجاها لحياته (١) .

ويدل رأى « فروم » على أنه اذا لم يحقق الانسان نوعا من الاشباع للحاجات التى ذكرها - بصرف النظر عن الثقافة أو المجتمع الذى يعيش فيه - فانه سيكون أقل انسانية ، ويصبح غير سوى . ولقد كان « مازلو » واضحا بدرجة كبيرة ، حيث أكد أن الانسان يجب أن يشعر بتتابع الاشباع لحاجاته الأساسية قبل أن يستطيع تطوير شخصيته . وما لم يجد الشخص اشباعا للأمن والحب والتقدير - بصرف النظر عن الزمان والمكان - فانه سيفشل فى تحقيق التطور الكامل (٢) .

\*\*\*

### ● الشخصية السوية فى القرآن :

لقد جاء فى القرآن الكريم وصف للشخصية الانسانية وسماتها العامة التى يتميز بها الانسان عن غيره من المخلوقات . وجاء فيه

(١) Fromm, E.; The Sane Society. New York :

Rinehart, 1955, p.p. 30 - 66.

(٢) Maslow, A. ; Motivation and Personality. New York :

Harper, 1954, 12.

أيضا وصف لبعض الأنماط أو النماذج العامة للشخصية الانسانية انتى تتميز ببعض الخصائص الرئيسية ، وهى أنماط عامة وشائعة تكاد نراها اليوم فى مجتمعنا ، وفى جميع المجتمعات الانسانية عامة . ونجد فى القرآن أيضا وصفا للشخصية السوية ، والشخصية غير السوية ، ووصفا للعوامل المكونة لكل من السواء وعدم السواء فى الشخصية .

ويشير القرآن أيضا الى الصراع بين الجانبين المادى والروحى فى الانسان . . ولعل مشيئة الله تعالى قد اقتضت أن يكون أسلوب الانسان فى حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقى الذى وضعه الخالق سبحانه للانسان فى هذه الحياة . فمن استطاع أن يوفق بين الجانبين المادى والروحى فى شخصيته ، وأن يحقق بينهما أكبر قدر مستطاع من التناسق والتوازن ، فقد نجح فى هذا الاختبار ، واستحق أن يثاب على ذلك بالسعادة فى الدنيا والآخرة<sup>(١)</sup> . قال تعالى :

● ﴿ يا ايها الذين آمنوا لا تلهكم اموالكم ولا اولادكم عن ذكر الله ، ومن يفعل ذلك فاولئك هم الخاسرون ﴾ .  
( المنافقون : ٩ )

● ﴿ قد افلح من تزكى . وذكر اسم ربه فصلى .  
بل تؤثرون الحياة الدنيا . والآخرة خير وابقى ﴾ .  
( الأعلى : ١٤ - ١٧ )

ولقد شاءت رحمة الله تعالى وحكمته أن يمد الانسان بكافة الامكانيات اللازمة لحل الصراع بين الجانب المادى والجانب الروحى ، بأن وهبه العقل ليميز به بين الخير والشر ، وبين الحق والباطل ، كما أمدته سبحانه بحرية الارادة والاختيار حتى يستطيع أن يبت فى أمر هذا الصراع . قال تعالى :

---

(١) محمد عثمان نجاتى : القرآن وعلم النفس . القاهرة ، دار الشروق ،

● ﴿ وهديناه النجدين ﴾ . ( البلد : ١٠ )

● ﴿ انا هديناه السبيل اما شاكرا واما كفورا ﴾ .

( الانسان : ٣ )

● ﴿ ونفس وما سواها . فאלهمها فجورها وتقواها .  
قد افلح من زكاها . وقد خاب من دساها ﴾ .

( الشمس : ٧ - ١٠ )

● ﴿ قد جاءكم بصائر من ربكم ، فمن ابصر فلنفسه ، ومن عمى فعليها ﴾

( الانعام : ١٠٤ )

● ﴿ وقل الحق من ربكم ، فمن شاء فليؤمن ومن شاء فليكفر ﴾ .

( الكهف : ٢٩ )

● ﴿ من عمل صالحا فلنفسه ومن اساء فعليها ، وما ربك بظلام للعبيد ﴾

( فصلت : ٤٦ )

● ﴿ كل نفس بما كسبت رهينة ﴾ . ( المدثر : ٣٨ )

واذا اخلص الانسان في تقريه لله تعالى بالعبادات والأعمال  
الصالحة ، وتحكم في أهوائه وشهواته ، بما يحقق التوازن بين مطالبه  
البدنية والروحية ، فانه يصل الى أعلى مرتبة من النضوج والكمال  
الانساني ، وهي المرتبة التي تكون فيها نفس الانسان في حالة اطمئنان  
وسكينة ، وينطبق عليها وصف « النفس المطمئنة » .

● ﴿ يا ايها النفس المطمئنة . ارجعي الى ربك راضية

مرضية . فادخلي في عبادي . وادخلي جنتي ﴾ .

( الفجر : ٢٧ - ٣٠ )

\*\*\*

● انماط الشخصية في القرآن :

حاول المفكرون في عصور التاريخ المختلفة ، كما حاول علماء  
النفس في العصر الحديث ، دراسة أوجه التشابه وأوجه الخلاف بين

شخصيات الناس ، وقاموا بعدة محاولات لتصنيف الناس الى عدة أنماط من الشخصية ، يتميز كل نمط منها بمجموعة معينة من الصفات المميزة . ان تصنيف الناس الى أنماط ، انما هي محاولة تساعد على وصف الناس وتفسير سلوكهم .

واننا نجد في القرآن الكريم تصنيفا للناس على أساس العقيدة الى ثلاثة أنماط هي : المؤمنون ، والكافرون ، والمنافقون . ولكل نمط من هذه الأنماط الثلاثة سماته الرئيسية العامة التي تميزه عن النمطين الآخرين . وتصنيف القرآن للناس على أساس العقيدة يتمشى مع أهداف القرآن من حيث هو كتاب عقيدة وهداية ، كما أن هذا التصنيف يشير الى أهمية العقيدة في تكوين شخصية الانسان ، وفي تحديد سماته المميزة له ، وفي توجيه سلوكه على نحو معين خاص يتميز به . كما يشير هذا التصنيف أيضا الى أن العامل الأساسي في تقييم الشخصية في نظر القرآن هو « العقيدة »<sup>(١)</sup> .

والانسان كائن « معتقد » بالطبع ، ومعنى ذلك أنه خلق على أن يكون ذا عقيدة في صحة شيء وفي بطلان آخر . فمنذ وجد الانسان على ظهر البسيطة تسامى بنفسه ليستشرف على قوة أكمل من قوته ، يدين لها بالخوف والحب والطاعة ، وهو ما يعبر عنه بـ « العاطفة » . ولعلها أسبق العواطف التي غرست في النفس الانسانية .

وعندما عرض القرآن النماذج المختلفة للانسان من ناحية العقيدة في مطلع سورة البقرة ، ذكر المؤمنين في أربع آيات ، ومواجهتهم الكفار في آيتين ، ثم فضح الفئة التي فقدت انسانيتهما - لأنه لا قضية لها - في ثلاث عشرة آية ، كشفت تناقض هذا النموذج من الناس مع نفسه ومجتمعه ، بحيث استحق اسم « المنافقين » . وقد أقر

(١) محمد عثمان نجاتي : القرآن وعلم النفس ، القاهرة :

دار الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ٢١٢ ، ٢١٣



القرآن الكريم كل نموذج فى العقيدة بسورة سماها باسمها ، فهناك سورة « المؤمنون » ، وسورة « المنافقون » ، وسورة « الكافرون » .  
لقد وصف القرآن الكريم كل نمط من هذه الأنماط الثلاثة بسمات خاصة يعرف بها ، ويتميز بها عن النمطين الآخرين من الناس .  
ومنحاول فيما يلى أن نذكر أهم السمات التى يتميز بها كل نمط من هذه الأنماط الثلاثة من الناس كما ورد فى القرآن الكريم ، وسماتها الفرعية :

#### أولا - المؤمنون :

إذا جمعنا سمات المؤمنين التى وردت فى القرآن الكريم وحاولنا تصنيفها لأمكن أن نصنفها الى تسعة مجالات رئيسية من مجالات السلوك هى<sup>(١)</sup> :

١ - سمات تتعلق بالعقيدة : الايمان بالله ، وبرسله ، وكتبه ، وملائكته ، واليوم الآخر ، والبعث ، والحساب ، والجنة والنار ، والغيب ، والقدر .

٢ - سمات تتعلق بالعبادات : عبادة الله ، وأداء الفرائض من صلاة وصيام وزكاة وحج وجهاد فى سبيل الله بالمال والنفس ، وتقوى الله وذكره دائما ، واستغفاره ، والتوكل عليه ، وقراءة القرآن .

٣ - سمات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية : معاملة الناس بالحسنى ، الكرم والجود والاحسان ، التعاون ، الاتحاد والتماسك ، الأمر بالمعروف والنهى عن المنكر ، العفو ، الايثار ، الاعراض عن اللغو ، حب الخير ، اغاثة الملهوف .

٤ - سمات تتعلق بالعلاقات الأسرية : اطاعة الوالدين والبر بهما ، الاحسان بالوالدين وبذى القربى ، حسن المعاشرة بين الأزواج ، رعاية الأسرة والاتفاق عليها ، التنشئة السليمة للأبناء .

(١) محمد عثمان نجاشى : القرآن وعلم النفس ، ص ٢١٤ ، ٢١٥

٥ - سمات خلقية : الصبر ، الحلم ، الصدق ، العدل ، الأمانة ،  
الوفاء بالعهد ، العفة ، التواضع ، القوة فى الحق ، عزة النفس ، قوة  
الارادة ، التحكم فى أهواء النفس .

٦ - سمات انفعالية وعاطفية : حب الله ، الخوف من عذاب  
الله ، الأمل فى رحمة الله ، حب الناس ، كظم الغيظ والحكم فى افعال  
الغضب ، عدم الاعتداء على الغير ، عدم حسد الآخرين ، الرحمة ، لوم  
النفس والشعور بالندم عند ارتكاب ذنب ما ، عدم الغرور .

٧ - سمات عقلية ومعرفية : التفكير فى الكون وخلق الله ، طلب  
المعرفة والعلم ، عدم اتباع الظن وتحرى الحقيقة ، حرية الفكر  
والعقيدة .

٨ - سمات تتعلق بالحياة العملية : الاخلاص فى العمل واتقانه ،  
السعى بنشاط وجد فى سبيل كسب الرزق .

٩ سمات بدنية : القوة ، الصحة ، النظافة ، الطهارة .

ومن الآيات الكريمة فى هذا المجال :

● ﴿ ذلك الكتاب لا ريب فيه ، هدى للمتقين . الذين  
يؤمنون بالغيب وقيمون الصلاة ومما رزقناهم ينفقون .  
والذين يؤمنون بما انزل اليك وما انزل من قبلك وبالاخرة  
هم يوقنون . اولئك على هدى من ربهم ، واولئك هم المفلحون ﴾ .  
( البقرة : ٢ - ٥ )

● ﴿ قد افلح المؤمنون . الذين هم فى صلاتهم خاشعون .  
والذين هم عن اللغو معرضون . والذين هم للزكاة فاعلون . والذين  
هم لفروجهم حافظون . الا على أزواجهم أو ما ملكت أيمانهم فانهم غير  
ملومين . فمن ابتغى وراء ذلك فاولئك هم العادون . والذين هم لاماناتهم  
وعهدهم راعون . والذين هم على صلواتهم يحافظون ﴾ .  
( المؤمنون : ١ - ٩ )

● ﴿ انما المؤمنون الذين آمنوا بالله ورسوله ثم لم يرتابوا وجاهدوا  
بأموالهم وأنفسهم فى سبيل الله ، أولئك هم الصادقون ﴾ .  
( الحجرات : ١٥ )

● ﴿ انما المؤمنون الذين اذا ذكر الله وجلت قلوبهم واذا  
نلت عليهم آياته زادتهم ايمانا وعلى ربهم يتوكلون ﴾ .  
( الانفال : ٢ )

● ﴿ آمن الرسول بما انزل اليه من ربه والمؤمنون ،  
كل آمن بالله وملائكته وكتبه ورسله لا يفرق بين احد من  
رسله ، وقالوا سمعنا واطعنا ، غفرانك ربنا واليك المصير ﴾ .  
( البقرة : ٢٨٥ )

● ﴿ انما المؤمنون اخوة فاصلحوا بين اخويكم واتقوا الله  
لملكم ترحمون ﴾ .  
( الحجرات : ١٠ )

ومن الحديث النبوى الشريف :

— « المؤمن من آمنه المؤمنون على أنفسهم وأموالهم » .  
( رواه أحمد )

— عن أبى موسى رضى الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله  
عليه وسلم : « المؤمن للمؤمن كالبنيان يشد بعضه بعضا » وشبك بين  
أصابعه .  
( متفق عليه )

— عن أبى هريرة رضى الله عنه أن النبى صلى الله عليه وسلم  
قال : « لا يلدغ المؤمن من جحر واحد مرتين » . ( متفق عليه )

— عن أبى هريرة رضى الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه  
وسلم قال : « أكمل المؤمنين ايمانا أحسنهم خلقا ، وخياركم خياركم  
لنسائهم » .  
( رواه الترمذى )

— عن أنس بن مالك رضى الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال : « لا يؤمن أحدكم حتى يحب لأخيه ما يحب لنفسه » •  
(متفق عليه)

— وعن أنس بن مالك رضى الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال : « انصر أخاك ظالماً أو مظلوماً » فقال رجل : أنصره إذا كان مظلوماً أ رأيت (أى أخبرنى) أن كان ظالماً فكيف أنصره ؟ قال : تحجزه — أو تسنعه — من الظلم فإن ذلك نصره • (رواه البخارى)

— عن النعمان بن بشير رضى الله عنهما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « مثل المؤمنين فى توادهم وتراحمهم وتعاطفهم ، مثل الجسد إذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الجسد بالسهر والحمى » •  
(متفق عليه)

— « من أخلاق المؤمن : حسن الحديث إذا حدث ، وحسن الاستماع إذا حدث<sup>(١)</sup> ، وحسن البشر إذا لقي ، ووفاء بالوعد إذا وعد » •  
(رواه الديلمى)

— « المؤمن مرآة المؤمن إذا رأى فيه عيباً أصلحه »

(رواه البخارى)

— « لا يؤمن أحدكم حتى يكون هواه تبعاً لما جئت به » •

(رواه الطبرانى)

— « لا يدخل الجنة من لا يأمن جاره بوائقه » (أى غوائله وشروره)

(رواه مسلم)

— « المؤمن كيس فطن حذر وقاف (أى متأنى) ثبت (أى شجاع) لا يعجل ، عالم ورع »<sup>(٢)</sup> •  
(رواه الديلمى)

\*\*\*

---

(١) حدث : الأولى بفتح الحاء وتشديد الدال مع فتحها ، والثانية بضم الحاء وتشديد الدال مع كسرهما .

(٢) الأحاديث مأخوذة عن : عز الدين بليق ، منهاج الصالحين من أحاديث وسنة خاتم الأنبياء والمرسلين ، بيروت : دار الفتح للطباعة والنشر ١٩٧٨ ، ص ٨٨ - ٩٢

## ثانيا - الكافرون :

لقد أشار القرآن الكريم فى كثير من الآيات الى الكافرين ، ووصفهم بسات رئيسية يتميزون بها ، تلخص فى الآتى :

١ - سمات تتعلق بالعقيدة والعبادات : عدم الايمان بالتوحيد أو الرسل أو اليوم الآخر ، وعدم الايمان بالبعث والحساب • يعبدون من دون الله ما لا ينفعهم ولا يضرهم •

٢ - سمات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية والأسرية : الظلم ، العدوان على المؤمنين فى تصرفاتهم ، النهو عن المعروف ، قطع صلة الرحم •

٣ - سمات خلقية : نقض العهد ، الفجور واتباع الشهوات ، الغرور ، التكبر ، الظلم ، الكذب ، عدم الوفاء بالعهد •

٤ - سمات انفعالية وعاطفية : كراهيتهم للمؤمنين وحقدهم عليهم وحسد لهم على ما أنعم الله به عليهم •

٥ - سمات عقلية ومعرفية : جمود التفكير والعجز عن الفهم والتعقل ، الختم والطبع على قلوبهم ، التقليد الأعمى لمعتقدات الآباء وتقاليدهم ، خداع النفس •

ان الصورة التى يرسمها القرآن الكريم لشخصية الكافرين هى أنهم لا يؤمنون بعقيدة التوحيد ، ولا بالرسول والكتب المنزلة ، ولا باليوم الآخر والبعث والحساب ، ولا بالجنة والنار • وهم يقلدون ما كان عليه آباؤهم من عبادة الأوثان • وهم أشخاص قد تجمد تفكيرهم وعجزوا عن ادراك حقيقة التوحيد التى يدعو اليها الاسلام (١) •

ومن الآيات الكريمة التى ذكرت الكافرين :

---

(١) محمد عثمان نجاتى : القرآن وعلم النفس ، ص ٢١٨ - ٢١٩

● ﴿ قُلْ يَا أَيُّهَا الْكَافِرُونَ . لَا أَعْبُدُ مَا تَعْبُدُونَ . وَلَا أَنْتُمْ عَابِدُونَ  
مَا أَعْبُدُ . وَلَا أَنَا عَابِدٌ مَا عَبَدْتُمْ . وَلَا أَنْتُمْ عَابِدُونَ مَا أَعْبُدُ . لَكُمْ دِينُكُمْ  
وَلِيَ دِينِ ﴾ ( سورة الكافرون )

● ﴿ وَقُلِ الْحَقُّ مِنْ رَبِّكُمْ ، فَمَنْ شَاءَ فَلْيُؤْمِنْ وَمَنْ شَاءَ فَلْيُكْفِرْ ﴾  
( الكهف : ٢٩ )

● ﴿ أَنَا هَدَيْتُهُ السَّبِيلَ أَمَّا شَاكِرًا وَامَّا كَفُورًا ﴾  
( الانسان : ٣ )

● ﴿ وَالَّذِينَ كَفَرُوا يَتَمَتَّعُونَ وَيَأْكُلُونَ كَمَا تَأْكُلُ الْإِنْعَامُ وَالنَّارُ مَثْوًى لَهُمْ ﴾  
( محمد : ١٢ )

● ﴿ لَقَدْ كَفَرَ الَّذِينَ قَالُوا إِنَّ اللَّهَ ثَلَاثُ ثَلَاثَةٍ وَمَا مِنْ إِلَهٍ إِلَّا إِلَهٌ وَاحِدٌ ،  
وَأَنْ لَمْ يَنْتَهُوا عَمَّا يَقُولُونَ لَيَمَسَّنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْهُمْ عَذَابُ أَلِيمٌ ﴾  
( المائدة : ٧٣ )

● ﴿ ... وَمَنْ لَمْ يَحْكَمْ بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الْكَافِرُونَ ﴾  
( المائدة : ٤٤ )

● ﴿ إِنْ الَّذِينَ كَفَرُوا سَوَاءٌ عَلَيْهِمْ ءَأَنذَرْتَهُمْ أَمْ لَمْ تُنذِرْهُمْ لَا يُؤْمِنُونَ .  
خَتَمَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ وَعَلَى سَمْعِهِمْ ، وَعَلَى أَبْصَارِهِمْ غِشَاوَةٌ ، وَلَهُمْ عَذَابٌ  
عَظِيمٌ ﴾ ( البقرة : ٦ - ٧ )

وفي الحديث النبوى الكريم :

— أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ فِي حُجَّةِ الْوَدَاعِ :  
« لَا تَرْجِعُنَّ بَعْدِي كُفَرًا يَضْرِبُ بَعْضُكُمْ رِقَابَ بَعْضٍ » .

— وَقَالَ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : « مَنْ قَالَ لِأَخِيهِ : يَا كَافِرُ ، فَقَدْ  
بَاءَ بِهِ أَحَدُهُمَا ، لِأَنَّهُ أَمَّا أَنْ يَصْدُقَ عَلَيْهِ أَوْ يَكْذَبَ ، فَإِنَّ صَدَقَ فَهُوَ  
كَافِرٌ ، وَإِنْ كَذَبَ عَادَ الْكُفْرَ إِلَيْهِ بِتَكْفِيرِهِ أَخَاهُ الْمُسْلِمَ » .

\*\*\*

## ثالثا - المنافقون :

المنافقون هم فئة من الناس ضعاف الشخصية ومترددون لم يستطيعوا أن يتخذوا موقفا صريحا من الايمان • وقد ذكر القرآن الكريم سماتهم المميزة لهم والتي تلخص فى الآتى :

١ - سمات تتعلق بالعقيدة والعبادات : انهم لم يتخذوا موقفا محددًا من عقيدة التوحيد ، فهم يظهرون الايمان اذا وجدوا بين المسلمين ، ويظهرون الشرك اذا وجدوا بين المشركين • يؤدون العبادات رياء وعن غير اقتناع ، واذا قاموا للصلاة قاموا كسالى •

٢ - سمات تتعلق بالعلاقات الاجتماعية : يأملون بالمشكر وينهون عن المعروف ، يعملون على اثارة الفتن والفتن بين صفوف المسلمين ، يميلون الى خداع الناس ويحسنون صناعة الكلام للتأثير على السامعين ، بكثرون من الحلف لدفع الناس الى تصديقهم ، يهتمون بمظهرهم لجذب اقتباه الناس والتأثير عليهم •

٣ - سمات خلقية : ضعف الثقة بالنفس ، تقص العهد ، الرياء ، الجبن ، الكذب ، الخداع ، البخل ، النفعية والانتهازية ، اتباع الأهواء •

٤ - سمات انفعالية وعاطفية : الخوف من كل من المؤمنين والمشركون ، الجبن والخوف من الموت ، يكرهون المسلمين ويحقدون عليهم •

٥ - سمات عقلية ومعرفية : التردد والريبة وعدم القدرة على الحكم أو اتخاذ القرار ، عدم القدرة على التفكير السليم ولذلك وصفهم القرآن بالطبع على قلوبهم ، يميلون الى تبرير أفعالهم للدفاع عن تصرفاتهم (١) •

ومن آيات القرآن الكريم التى ذكرت المنافقين :

---

(١) محمد عثمان نجاتى : القرآن وعلم النفس ، ص ١٤٥ - ١٤٦

● ﴿ المنافقون والمنافقات بعضهم من بعض ، يأمرون بالمنكر وينهون  
عن المعروف ويقبضون أيديهم ، نسوا الله فنسيهم ، ان المنافقين  
هم الفاسقون ﴾ . ( التوبة : ٦٧ )

● ﴿ اذا جاءك المنافقون قالوا نشهد انك لرسول الله والله  
يعلم انك لرسوله والله يشهد ان المنافقين لكاذبون ﴾ .  
( المنافقون : ١ )

● ﴿ ومن الناس من يقول آمنا بالله وباليوم الآخر وما هم  
بمؤمنين . يخادعون الله والذين آمنوا وما يخدعون الا انفسهم وما يشعرون .  
في قلوبهم مرض فزادهم الله مرضا ، ولهم عذاب اليم بما كانوا يكذبون ﴾ .  
( البقرة : ٨ - ١٠ )

● ﴿ بشر المنافقين بان لهم عذابا اليما . الذين يتخلون الكافرين  
اولياء من دون المؤمنين ، ايتننوا عندهم العزة فان العزة لله جميعا ﴾ .  
( النساء : ١٣٨ - ١٣٩ )

● ﴿ ان المنافقين في النار الأسفل من النار ولن تجد لهم نصيرا ﴾ .  
( النساء : ١٤٥ )

ومن الحديث النبوي الشريف في هذا المقام :

— عن أبي هريرة رضى الله عنه أن رسول الله صلى الله عليه  
وسلم قال : « آية المنافق ثلاث : اذا حدث كذب ، واذا وعد أخلف ،  
واذا أؤتمن خان » . ( متفق عليه )

— « المنافق همزة لمزة ( عياب ) حطمة ( قليل الرحمة ) لا يقف  
عند شبهة ولا عند محرم ، كحاطب الليل لا يبالي من أين اكتسب  
ولا فيما أنفق » . ( رواه الشهاب والديلمي )

\*\*\*



## ملامح الشخصية السوية

يشمل النمو النفسى تلك المراحل التى يمر بها الفرد فى سنى حياته المختلفة ، وتنمو فيها انفعالاته ورغباته واستعداداته ، وتستكمل خلالها شخصيته ، ويتم هذا فى اطار صحته النفسية بوجه عام ، وتبدو مظاهر النمو النفسى فى النواحي الآتية :

١ - التكيف •

٢ - اشباع الحاجات الأساسية •

٣ - تحقيق الشخصية السوية •

وسنناقش كل عنصر من هذه العناصر باختصار ..

### اولا - التكيف :

ليس هذا مجال مناقشة التكيف باسهاب ، حيث سنتناوله باسهاب فيما بعد • فالتكيف عملية ديناميكية مستمرة يستهدف بها الشخص تعديل سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقا مع بيئته • ويمكن القول بأن التكيف هو القدرة على ايجاد العلاقات المشبعة بين الفرد وبيئته ، سواء أكانت هذه البيئة طبيعية أو ثقافية أو اجتماعية • وهناك عوامل أساسية لها أكبر الأثر فى احداث التكيف لدى الأفراد ، ومن أهمها :

١ - توافر المهارات اللازمة لدى الفرد لاشباع حاجاته الأساسية •

٢ - أن يعرف الانسان نفسه ، ويتضمن هذا : أن يعرف

الحدود والامكانيات التى يستطيع بها أن يشبع حاجاته ، وأن يدرك قدراته واستعداداته ومهاراته •

٣ - أن يتقبل الانسان ذاته بواقعية •

٤ - المرونة والتوافق بالنسبة للمؤثرات المختلفة •

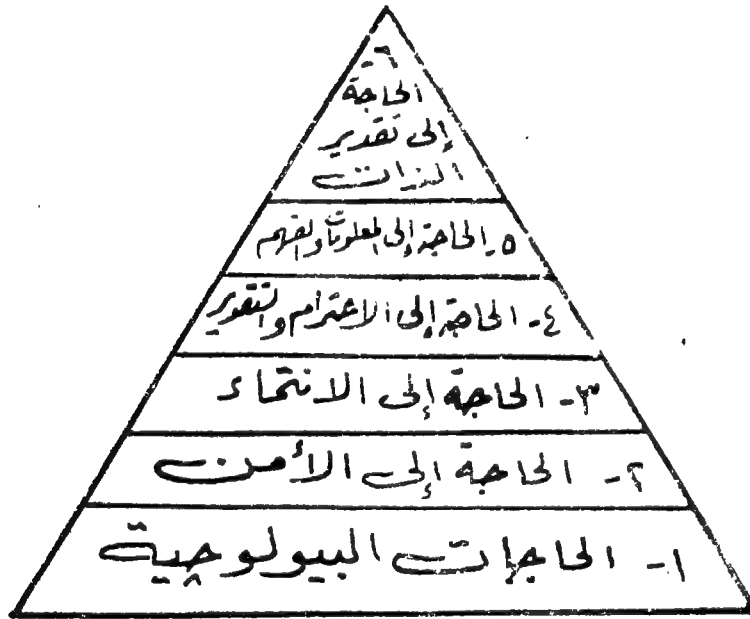
٥ - المسالمة وتجنب الصراع •

\*\*\*

## ثانيا - اشباع الحاجات الأساسية :

لكي ندرك أهمية الدور الذي يقوم به العمل في حياة الفرد يجب أن ندرك أولا الحاجات الأساسية للفرد . فلقد اتضح خطأ الفكرة القديمة القائلة بأن الانسان يعمل لمجرد الحصول على القوت ، ويكفي للتدليل على خطأ هذه الفكرة أن نذكر أنه كان من الواجب - تصديقا لهذا الرأي - أن يقف العمل وينتهي بمجرد حصول الفرد على ما يسد رمقه ، ولكن الانسان لم يقم ببناء حضارته بهذه الوسيلة البسيطة التي تستهدف مجرد الحصول على القوت . ولقد أثبتت دراسات الروح المعنوية في الصناعة أن العمل ينطوى على أشياء كثيرة بالنسبة للفرد بخلاف الحصول على أجر .

ومن وجهة النظر المهنية ، فقد نظمت الحاجات الأساسية بطريقة هرمية بالنسبة لقوة هذه الحاجات وفعاليتها . ويلاحظ أن كل حاجة من الحاجات الأساسية لا تعلن عن وجودها الا اذا أشبعت الحاجة التي تسبقها في الترتيب الهرمي . ويوضح الشكل رقم (١) الترتيب الهرمي للحاجات الأساسية للانسان<sup>(١)</sup> .



(١) Maslow, A., Motivation and Personality. New -

York : Harper, 1954, 12.

### ثالثاً - تحقيق الشخصية السوية :

ان ما يميز الشخصية السوية عن الشخصية المضطربة أو المنحرفة ليس هو شكل السلوك أو الأفعال نفسها التي تصدر عن الفرد وإنما وظيفة هذا السلوك أو ما يحققه من أغراض وأهداف . فالسلوك السوى هو الذى يحقق مواجهة واقعية للمشكلات أو الصراع وليس هروباً منها . وبمعنى آخر فإن الشخصية السوية المتكاملة هى التى يتميز سلوكها بأنه واقعى بناء وليس سلوكاً هروبياً هداماً . وإذا سلمنا بأن التكامل هو أدل الشئ لوظيفته وأن هذه الوظيفة تحددها طبيعة الشئ الذى يؤديه ، كان معنى ذلك أن السلوك يعتبر سويًا أو متكاملًا أو متكيفًا بمقدار ما يعكسه هذا السلوك من خصائص الانسان ومميزاته الطبيعية التى يمتاز بها عن غيره من أعضاء المملكة الحيوانية .

ويشترك الانسان مع الحيوان فى كثير من الصفات ، الا أن تكامله لا يقوم على تنمية هذه الصفات التى يشترك فيها مع باقى أعضاء المملكة الحيوانية ، بل على تحقيقه للمكائيات التى ينفرد بها والتى تميزه عن سائر الحيوانات . وأولى تلك الامكانيات هى قدرة الانسان على الكلام . فالانسان يستطيع أن يستخدم اللغة ليتذكر ، أو ليسترجع الحوادث والأحداث الماضية ، وليعالج الأشياء الملموسة وغير الملموسة ، وليسقط خبرته الماضية على المستقبل ، وبمعنى آخر يستطيع أن يعالج الأمور والأشياء على مستوى تخيلى . وهذه القدرة الرمزية هى التى تجعل الانسان يفكر فى الماضى وفى الحاضر والمستقبل غير الحسى ، وتساعده قدرته اللغوية على أن يتعلم من خبراته ومن خبرات الآخرين الذين سبقوه مع اختلاف الزمان والمكان ، كما تساعده على أن يتنبأ بما يمكن أن يترتب على سلوكه الخاص قبل أن يسلك وأن يكون له مثل عليا وقيم يسلك على أساسها . . هنالك اذن صفات ثلاث أساسية تعتمد على استخدام الرموز اللغوية وتميز الانسان عن غيره من الكائنات الحية ، وهذه الصفات هى : القدرة على الاستفادة من

الخبرة السابقة ، والتحكم فى السلوك بناء على التنبؤ بنتائجه قبل وقوعها ، وأخيرا القدرة على استحضار ما ليس له وجود فى الواقع الملموس .

وهناك مجموعة أخرى من الصفات المميزة للإنسان ، وهى تلك التى تتعلق بفترة طفولته الطويلة ، تلك الفترة التى يظل فيها مدة من الزمان معتمدا على غيره من الكبار بحيث لا يستطيع أن يشبع حاجاته الأساسية الا عن طريق الكبار المحيطين به . ويتكون عند الطفل خلال هذه المرحلة الطويلة اتجاهان مهمان : الاتجاه الأول هو أن استمرار بقائه واشباعه لحاجاته الأساسية لا يمكن أن يتحقق الا عن طريق اعتماده على غيره ، والاتجاه الثانى هو أن الانتقال الى مرحلة الرشد والتمتع بحقوق الكبار واتخاذ مكانتهم يرتبط باستمرار بتحمل المسؤولية والعمل على اشباع حاجات الآخرين . والنقطة الهامة هنا هى أنه مهما يكن نوع المجتمعات التى يعيش فيها الأفراد فانهم لا بد أن يعتمدوا بعضهم على البعض الآخر ، سواء أكان ذلك على مستوى علاقة الآباء بالأبناء أو على مستوى العلاقات الاجتماعية . وهذا النمط المميز للحياة الانسانية هو الذى يضى على الصفة الاجتماعية ، تلك الصفة التى يتميز بها الانسان عن سائر أعضاء المملكة الحيوانية .

هذه الامكانيات التى يتميز بها الانسان عن غيره من الحيوانات وعلى أساس هذا التحديد للامكانيات الانسانية يمكن أن نقدم مفهوما واضحا للشخصية السوية ، وأن ندرك معنى السلوك السوى الايجابى المتكامل بطريقة مفيدة ومثمرة . فإنا نستطيع أن نستنبط من هذه الخصائص التى تتميز بها الطبيعة الانسانية صفات معينة ، لو تحقق فى أحد الأشخاص أو أمكن غرسها فيه بطريقة ما ، لكان هذا الشخص هو ما نعينه عندما نتحدث عن الشخص السوى ، ولكان سلوكه هو ما نقصده عندما نتكلم عن السلوك المتكامل .

\*\*\*

## ● المميزات السلوكية للشخصية السوية :

تتميز الشخصية السوية بالمميزات السلوكية الآتية (١) :

### ١ - القدرة على التحكم في الذات :

من الواضح أنه كلما نمت عند الفرد القدرة على التفكير الرمزي الموضوعي - التي على أساسها يستطيع أن يتنبأ بنتائج الأشياء قبل حدوثها - ازدادت بالتالي قدرته على التحكم في سلوكه عن طريق توقع النتائج التي يمكن أن تترتب عليه في المدى البعيد .

### ٢ - تحمل المسؤولية وتقديرها :

يستمد الشخص السوي قدرته على الضبط والتحكم في سلوكه من تقديره الشخصي للأمور تقديراً مبنياً على موازنة النتائج وتمحيصها . وكلما زادت القدرة على الضبط الذاتي كلما قلت الحاجة إلى الضبط الصادر من سلطة أخرى خارجية . والشخص السوي هو الذي يعتبر نفسه مسئولاً عن أعماله ويتحمل هذه المسؤولية عن طيب خاطر .

### ٣ - التعاون :

إن اعتماد الناس بعضهم على البعض الآخر وخاصة في المجتمع المعاصر هو جزء أساسي من حياتهم الاجتماعية . وعلى هذا الأساس يصبح الشخص السوي هو الذي يستطيع أن يحقق هذه الطبيعة الاجتماعية ، وهو الذي يعتمد عليه الآخرون ، كما أنه يقر في الوقت نفسه بحاجة إلى الآخرين .

### ٤ - القدرة على الثقة المتبادلة :

إن اعتراف الشخص بحاجة إلى الآخرين يتضمن أيضاً القدرة على تكوين علاقات شخصية وثيقة بهم ، أي علاقات مبنية على الثقة

---

(١) محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسي ، القاهرة مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩ ، ص ١٣٢ - ١٤٩

المتبادلة . وهذه الصفة الهامة للشخصية السوية هي التي يمكن أن تعتبر عنها بالقدرة على المحبة والود . فالشخص السوى هو الذى يستطيع أن يقيم علاقات مع الآخرين أساسها المحبة والود والتفاهم والاحترام والثقة المتبادلة .

#### ٥ - الانسانية :

الشخص السوى هو الذى يستطيع أن يبذل وأن يمنح كما يستطيع أن يأخذ ، سواء أكان ذلك مع أسرته أو أصدقائه أو زملائه أو مرؤوسيه ، وسواء أكان ذلك فى جماعات يعرفها وينتمى إليها أو مع جماعات أخرى ، مع جماعات يتفق معها فى الرأى والعقيدة ، أو مع جماعات يختلف معها فى الاتجاهات والأفكار . فالإنسان مهما كانت حاله فإنه مدين للإنسانية بوجوده وقدرته على الكلام والحركة والتمتع بنتائج العقول والأفكار التى سبقته وأثرت على نوع الثقافة التى يعيش فيها . إن الإنسان مدين بكل هذا الى الإنسانية جمعاء ، التى لولاها ما كانت حضارته بجميع مظاهرها . ومن شأن هذا كله أن يجعل على الإنسان واجبا لا بد أن يؤديه للمجتمع الانسانى الكبير الى جانب مجتمعه الصغير . ولهذا كان من الطبيعى أن تتصور الشخصية السوية التكاملة بأنها تلك التى تسهم فى خدمة الانسانية جمعاء ، وأن تفعل ذلك فى حدود امكانياتها .

#### ٦ - الديمقراطية :

إن الشخص السوى هو الذى يعمل للانسانية جمعاء ، كذلك فإن الشخص السوى هو الديمقراطى . ففكرة الديمقراطية - كفكرة الانسانية - ترتبط ارتباطا وثيقا بمفهوم الشخصية السوية . فالديمقراطية ليست سوى العناية بالآخرين والاهتمام بهم ووضع قيمة الإنسان فوق قيمة الأشياء ، والسعى الى ايجاد علاقات مثمرة مع أى قوم من الناس والعمل على خلق التفاهم وتبادل الرأى والمشورة

والمساعدات بينهم • وإن البعد عن هذه الأهداف معناه - في الواقع -  
الخوف من الناس والحد من امكانية انشاء الصداقات ، يعنى أيضا  
امكانية السيطرة على الآخرين ، وبذلك تتعرض القيم الانسانية للخطر  
فتتعدم الثقة بين الناس وينعدم التعاون •

#### ٧ - مستوى الطموح :

الشخص السوى هو الذى يضع نصب عينيه مثالا ومستويات  
يسعى للوصول اليها ، حتى لو كانت فى بعض الأحيان بعيدة المثال •  
فالتوافق المتكامل ليس معناه تحقيق الكمال ، بل معناه الجهد والعمل  
المستمر طبقا لخير ما يمكن أن يتصوره الفرد من مبادئ • ولكى يتحقق  
هذا يجب أن تكون الأهداف واقعية وفى اطار امكانيات الفرد ، حتى  
لا يتعرض للشعور بالاحباط والاختفاق والفشل •

إن هذا النموذج الذى رسمناه للشخصية السوية - باعتبار أنها  
الشخصية التى تتميز بالقسرة على ضبط الذات وتوجيهها وتحمل  
المسئولية الذاتية والمسئولية الاجتماعية واعتناق المبادئ الانسانية  
والقيم الاجتماعية الديمقراطية - لا يتضمن تصور الشخصية السوية  
فى سعادة دائمة ، أو أنها الشخصية الخالية من الصراع ، أو الشخصية  
التي تعيش دون مشاكل • فالشخص السوى قد يعجز أحيانا عن  
تحقيق أهدافه ، وقد يدفعه جهله بالعالم المعقد الذى يعيش فيه  
والضغوط التى يواجهها الى اتخاذ أسلوب غير ملائم من السلوك ،  
كما لا تخلو تماما من الخوف أو القلق أو الصراع • فمفهوم الشخص  
السوى إذن لا يتضمن الخلو التام من الخوف أو القلق أو الصراع ،  
بل إن الذى يميز السوى عن غيره هو طريقة مواجهة الصراع والمخاوف  
والقلق وليس الخلو منها • والشخص السوى هو الذى يتعلم أن  
يواجه صراعه واهفاقه بالحكمة بدلا من الشعور بالمداوة الشديدة  
أو الخوف أو الانطواء ، وهو الشخص الذى يتمتع بدرجة عالية من  
احترام الذات ومن اجتذاب الآخرين نحوه وحصوله على حبه وتقديرهم

أيامه • وأخيرا فإن التوافق المتكامل الذي يميز سلوك الشخص السوي لا يعنى أن يسلك الشخص طبقا لمواصفات جامدة يتعين عليه اتباعها كما هي دون تصرف • فسلوك الأفراد متنوع ومتعدد الى حد كبير ، ويتطلب كل ظرف تصرفا مناسبيا كما يتطلب كل زمان ومكان ما يلائمه من السلوك • ويعتبر الشخص سويا في تصرفاته وفي سلوكه بالدرجة التي يحقق بها سلوكه الامكانيات التي يتميز بها الانسان عن غيره من الكائنات ألا وهي الامكانيات الرمزية والامكانيات الاجتماعية •

وهناك العديد من الآراء التي حددت معالم الشخصية السوية وخصائصها ••

١ - فقد حاول « روجرز »<sup>(١)</sup> مؤسس مدرسة « الارشاد النفسي المتمركز حول العميل » أن يوضح الخصائص العامة للشخصية السوية والتي تلخص فيما يأتى :

( أ ) أن يكون الشخص متفتحا ومتقبلا لخبرته مهما كان نوعها ، بمعنى ألا ينكر الفرد أو يشوه أى ادراك حسى أو انطباعات من أجل تجنب خبرة مهددة لتكوين ذاته ، بل انه يسعى الى ادراك خبراته الداخلية مهما كانت غير سارة •

( ب ) أن يعيش الانسان بقناعة ذاتية بأن كل لحظة من الخبرة تعنى شيئا جديدا • وهذا يعنى أن لدى الشخص شعورا داخليا بأن يتحرك وينمو وبأنه لا توجد لديه تصورات مسبقة عما سيكون عليه أخيرا كشخص •

( ج ) أن يجد الشخص فى تركيبه وسيلة موثوقا بها للوصول الى السلوك الأكثر اشباعا فى مواقف الحياة الواقعية • وأنه يفعل ما يشعر بأنه الصواب من وجهة نظره ومن تكوين ذاته المعتمد على خبراته •

وهذه الخصائص والصفات تجريبية ، وليست صورا من قبيل

---

(١) Rogers, G., Counseling and Psychotherapy. Boston, Mass : Houghton - Mifflin , 1942, 11.



النمى . وقد وصل « روجرز » الى هذه الخصائص من واقع خبرته وتجاربه الاكلينيكية فقد لاحظ أشخاصا غير سعداء ويشعرون بالتعاسة فى حياتهم ، وعندما استخدم معهم وسائل الارشاد النفسى غير المباشر لاحظ التغير الذى طرأ على شخصياتهم عندما تصبح الظروف طيبة<sup>(١)</sup> .

٢ - يرى « سوليفان »<sup>(٢)</sup> بأن الدراسة المحيية للطب النفسى ليست دراسة الشخص كما هو ، بل من حيث علاقاته مع الآخرين . ويرى « سوليفان » أن الشخص يعبر عن الشخصية السوية الى المدى الذى يصبح فيه واعيا بعلاقاته الشخصية المتبادلة . ويعنى ذلك أن الشخص يحقق الشخصية السوية اذا كانت معتقداته عن نفسه وعن الآخرين دقيقة . وعن طريق المعتقدات والمعلومات الدقيقة يستطيع الشخص أن يحصل على اشباع وأمن دائمين يراها « سوليفان » كفايات أو أهدافا رئيسية للسلوك . ويرمز الاشباع - فى رأى سوليفان - الى اشباع الحاجات البيولوجية ، ويرمز الأمن الى الحصول على استجابات من الآخرين حاملة لمعانى المحبة والمكابة والتقدير منهم للشخص .

٣ - ويرى « ايريك فروم »<sup>(٣)</sup> أن الشخصية السوية تتحقق الى المدى الذى يظهر فيه الشخص اتجاها منتجا . والاتجاه المنتج هو طريقة الفرد لاشباع حاجاته بطريقة أفضل ، بمعنى أن الانتاجية عبارة عن اتساج الأشياء والظروف الضرورية للنمو والسعادة . وصاحب الشخصية المنتجة قادر على استخدام مهاراته ومعلوماته بما يؤدى الى اتساج كل ما هو ضرورى لجعله سعيدا متمتعا بصحة نفسية سليمة .

Rogers, G.; Ibid , 1.

(١)

Sullivan, H.; The Interpersonal Theory of psychiatry New York : Norton. 1953 , p.p. 110 - 111

(٢)

Fromm, E.; Man for Himself . New York : Holt, 1947, p.p. 82 - 106.

(٣)

٤ - وأوضحت « كارين هورنى »<sup>(١)</sup> أن علاقة الشخص بذاته الحقيقية هي أساس الشخصية السوية والصحة النفسية السليمة .  
والشخص المنفصل عن ذاته غير سوى . والشخص الذى يعرف ذاته ويحس بمشاعره وإرادته ويقر بمسئوليته تجاه تصرفاته يعبر عن شخصية سوية .

٥ - واعتبر « ادلر »<sup>(٢)</sup> أن « الشعور الاجتماعى » مؤثر للشخصية السوية . ويرمز الشعور الاجتماعى الى الشعور بالتوحد مع كل البشر . وصاحب الشخصية غير السوية - بالنسبة لادلر - هو الذى يكرس كل طاقاته للحصول على القوة ليخلص نفسه عن مشاعر النقص ، ويدفع هذا التعويض الشخص الى التنافس مع الآخرين بدلا من سعيه للحصول على تعاونهم معه ومحبتهم اياه .

٦ - واعتبر « مازلو »<sup>(٣)</sup> أن « الشخص المحقق لذاته » يتميز بشخصية سوية . ويرمز تحقيق الذات الى عملية تحقيق القوى الكامنة الفطرية فى الشخص . وفى رأيه أن الشخص لا يستطيع تحقيق ذاته حتى يكون لديه رصيد من اشباع حاجاته الأساسية . واذا ما تحققت أو أشبعت هذه الحاجات تماما فانه يستطيع أن يوجه طاقاته لمهمة تحقيق الذات - كالاتاج العلمى ، أو العمل الفنى ، أو العمل التنظيمى ، وحدد « مازلو » مجموعة من الخصائص يتصف بها الشخص المحقق لذاته تلخص فى : ادراك الواقع والتوافق معه ، وتقبله لذاته وللآخرين ، والتلقائية ، والاحساس برسالته فى الحياة ، والاستقلال الذاتى ، والشعور بالانتماء والتوحد مع بنى الانسان ، والعلاقات الشخصية العميقة المتبادلة ، والتميز بين الوسائل والغايات ، والخلق والابداع ، والحاجة الى العزلة والخلوة الذاتية .

(١) Horney, K.; *Neurosis and Human Growth*. New York : Norton, 1950, 1,

(٢) Adler , A. ; *Understanding Human Nature*. New York : Greenberg , 1929, p.p. 30 - 32.

(٣) Maslow. A.; *Motivation and Personality*. New York : Harper, 1954, 12.

٧ - لفت « رانك »<sup>(١)</sup> الأنظار الى « الخلق والابداع » كأساس للسلوك السوى . والشخص الذى يظهر روحا خلاقة هو الذى يتقبل ارادته وفرديته ويؤكددها ، كما أنه لا يخاف التجديد خشية الاختلاف مع الآخرين .

وفى ختام هذه المناقشة عن خصائص الشخصية السوية ، يبدو من المعقول ابراز النقاط الآتية :

**اولا -** يمكن تحليل السلوك الى نتائج مترتبة على اشباع الحاجة . وما دامت الحاجات تشير الى تقدير ما هو فعال لتحقيق غايات متعددة لها قيمة ، فانه يمكن تحديد الحاجات الأساسية للانسان فى الآتى : الحاجات البيولوجية ، والحاجة الى الأمن ، والحاجة الى الانتماء ، والحاجة الى الاعتراف والتقدير ، والحاجة الى تحقيق الذات .

**ثانيا -** يعتبر الاتصال بالواقع من مؤشرات الشخصية السوية ويتصل الشخص بالواقع عندما يكون ادراكه الحسى ومعتقداته صحيحين وأتينا نحصل على معتقداتنا عن العالم الذى نعيش فيه عن طريق الادراك الحسى ومن الحدس والذاكرة والخيال . وهذه المصادر عرضة للخطأ كما أن المعتقدات المستمدة منها قد تكون غير صحيحة الا اذا تعرضت لاختبار واقعى . وهذا يعنى مقارنة هذه المعتقدات بالدليل الملموس ودراسة مدى اتفاقها مع معتقدات أخرى راسخة .

**ثالثا -** يحتاج الفرد الى الآخرين لمعاوقته فى حل المشكلات التى تعترضه . . فهو يحتاج الى الآخرين ليتصرفوا بطرق تشبع حاجاته التى لا يستطيع أن يشبعها بسلوكه الخاص المستقل . وهو يحتاج الى الآخرين ليسلكوا نحوه بطرق تدعم تقديره لذاته وتجعله يشعر بالأمن أى التحرر من أى خوف أو خطر بالجرمان أو العدوان أو من الأخطار المترتبة على نبذه ورفضه وعدم تقبله من الآخرين . ويستخدم مصطلح

---

(١) Rank, O. ; Will Therapy and Truth and Reality. New York : Knopf, 1945, p.p. 111 - 112.

السلوك الشخصى المتبادل للتعبير عن سلوك شخص فى علاقته يشخص آخر ، وهو سلوك صحى تلقائى متغير مرن ، ويعبر عن الذات الحقيقية للفرد .

**رابعاً -** للعلاقات الشخصية السوية المتبادلة مميزات أساسية هى :

- ١ - أن لدى كل طرف مفهوم دقيق عن شخصية الطرف الآخر .
- ٢ - يميل كل طرف الى مميزات الآخر ويتقبلها .
- ٣ - يشعر كل طرف باهتمام نحو الآخر وسعادته .
- ٤ - يتصل كل طرف اتصالاً كاملاً بالآخر .
- ٥ - يفرض كل طرف مطالب وتوقعات معقولة على الآخر .
- ٦ - يحترم كل طرف حق الآخر فى تقرير شئونه .

**خامساً :** تعتبر ذات الفرد محدداً هاماً لسلوكه . ويمدنا تكوين الذات بحدود معينة لسلوكنا الصريح ولخبرتنا الذاتية . وبصفة عامة يسعى الشخص الى التصرف بطرق تتفق مع بناء ذاته ، ويقيد أفكاره ومشاعره فى حدودها .

\* \* \*

### الشخصية المستقلة

ان فى طبيعة تكوين الانسان استعداداً لكل من الشر والخير . استعداداً لاتباع أهوائه وشهواته والاستغراق فى الاستمتاع بملذاته الحسية وزغباته الدنيوية ، واستعداداً للتسامى الى أفق الفضيلة والتقوى والمثل الانسانية العليا والعمل الصالح ، وما يحققه ذلك من سكينة نفسية وأمن روحى . ومن الطبيعى أن تتضمن طبيعة الانسان وقوع الصراع بين الخير والشر ، بين الفضيلة والرذيلة ، بين طاعة الله ومعصيته . وإن الاختيار الحقيقى للانسان فى هذه الحياة هو ما تتجه اليه ارادته ، وما يقع عليه اختياره . هل سيختار طريق الخير أم طريق الشر ، طريق طاعة الله أم معصيته ؟ هل سينساق الانسان وراء أهوائه وشهواته ، ويفعل

عن ذكر الله ، أم هل سيتحكم فى أهوائه وشهواته ، ويقوم بتحقيق التوازن بين مطالبه البدنية ومطالبه الروحية ؟

وحيثما يختار الانسان الملذات الدنيوية ، وينساق وراء أهوائه وملذاته ، وينسى ربه واليوم الآخر ، انما يصبح فى معيشتة أشبه بالحيوان ، بل أضل ، لأنه لم يستخدم عقله الذى ميزه الله تعالى به على الحيوان . قال تعالى :

﴿ ارايت من اتخذ الهه هواه افانت تكون عليه وكىلا .  
ام تحسب ان اكثرهم يسمعون او يعقلون ، ان هم الا كالانعام ،  
بل هم اضل سبيلا ﴾ . ( الفرقان : ٤٣ - ٤٤ )

والانسان الذى يعيش هذا النوع من المعيشة يكون غير ناضج الشخصية ، ويكون أشبه بالطفل الذى لا يهيمه الا اشباع حاجاته ورغباته ، ولم تقو ارادته بعد ، ولم يتعلم بعد كيف يتحكم فى أهوائه وشهواته ، فينساق وراء اشباعها ، ويصبح خاضعا لتوجيه « نفسه الأمارة بالسوء » . قال تعالى :

﴿ وما ابرء نفسى ، ان النفس لامارة بالسوء الا ما رحم ربه ، ان ربه غفور رحيم ﴾ . ( يوسف : ٥٣ )

وحيثما يبلغ الانسان مرتبة أعلى من النضوج ، يبدأ ضميره فى الاستيقاظ فيبدأ فى الشعور بالاستنكار من ضعف ارادته ومن انقياده لأهوائه وشهواته مما يوقعه فى الخطيئة والمعصية ، فيشعر بالذنب ، ويلوم نفسه على ما فرط منها ، ويتجه الى الله تعالى مستغفرا تائبا ، اذ يصبح فى هذه الحالة تحت تأثير « النفس اللوامة » ، التى أقسم بها الله تعالى :

﴿ لا أقسم بيوم القيامة . ولا أقسم بالنفس اللوامة ﴾ . ( القيامة : ١ - ٢ )

واذا أخلص الانسان بعد ذلك فى توبته ، وأخلص فى تقربه لله تعالى بالعبادات والأعمال الصالحة ، والابتعاد عن كل ما يغضب الله ، وتحكم فى أهوائه وشهواته وقام بتوجيهها الى الاشباع بالطريقة التى حددتها الشريعة الاسلامية ، فحقق بذلك التوازن بين مطالبه البدنية ومطالبه الروحية ، فانه يصل الى أعلى مرتبة من النضوج والكمال الانسانى ، وهى المرتبة التى تكون فيها نفس الانسان فى حالة اطمئنان وسكينة ، وينطبق عليها وصف « النفس المطمئنة » .

« يا آيتها النفس المطمئنة . أرجعى الى ربك راضية مرضية . فادخلى فى عبادى . وادخلى جنتى » .  
( الفجر : ٢٧ - ٣٠ )

ويمكن أن تتصور هذه المفاهيم الثلاثة للنفس : وهى النفس الأمارة بالسوء ، والنفس اللوامة ، والنفس المطمئنة ، على أنها حالات تتصف بها شخصية الانسان فى مستويات مختلفة من النضج التى تمر بها أثناء صراعها الداخلى بين الجانبين المادى والروحى من طبيعة تكوينها . فحينما تكون شخصية الانسان فى أدنى مستوياتها الانسانية بحيث تسيطر عليها الأهواء والملذات البدنية والدنيوية ، فانها تكون فى حالة ينطبق عليها وصف « النفس الأمارة بالسوء » . وحينما تبلغ الشخصية أعلى مستويات النضج والكمال الانسانى ، حيث يحدث التوازن التام بين المطالب البدنية والروحية ، فانها تصبح فى الحالة التى ينطبق عليها وصف « النفس المطمئنة » . وبين هذين المستويين ، يوجد مستوى متوسط يحاسب فيه الانسان نفسه على ما يرتكب من أخطاء ، ويسعى جاهدا للامتناع عن ارتكاب ما يغضب الله ويسبب له تأنيب الضمير ، ويطلق على الشخصية فى هذا المستوى « النفس اللوامة »<sup>(١)</sup> .

ومما هو جدير بالذكر أنه بعد نزول القرآن بنحو أربعة عشر قرنا

---

(١) محمد عثمان نجاتى : القرآن وعلم النفس ص ٢٠٨ - ٢٠٩

من الزمان جاء « سيجموند فرويد »<sup>(١)</sup> - مؤسس مدرسة التحليل النفسى - بنظرية فى الشخصية ميز فيها ثلاثة أقسام للنفس تحمل بعض أوجه الشبه بمفاهيم « النفس الأمارة بالسوء » ، و « النفس اللوامة » ، و « النفس مطمئنة » ، التى وردت بالقرآن الكريم . وقد ذهب « فرويد » الى أن للنفس ثلاثة أقسام هى : « الهو » ، و « الأنا » ، و « الأنا الأعلى » . ف « الهو » هو ذلك الجزء من النفس الذى يتضمن الغرائز المنبعثة من البدن ، ويتبع « مبدأ اللذة » ويستهدف الاشباع دون مراعاة للأخلاق أو الواقع . و « الهو » بهذا المعنى يشبه الى حد ما مفهوم « النفس الأمارة بالسوء » .

و « الأنا الأعلى » هو ذلك الجزء من النفس الذى يتكون من التعاليم التى يتلقاها الفرد من والديه ومدرسيه ومن قيم الثقافة التى نشأ فيها ، ويصبح قوة نفسية داخلية تحاسب الفرد وتراقبه وتنقده وتهده بالعقاب ، وهو ما يعرف عادة بـ « الضمير » . ويرى فرويد أن « الأنا الأعلى » يمثل السمو فى الطبيعة الانسانية ، وهو - بهذا المعنى - يشبه الى حد ما مفهوم « النفس اللوامة » .

و « الأنا » هو ذلك الجزء من النفس الذى يقبض على زمام الرغبات الغريزية المنبعثة من « الهو » ويسيطر عليها ، فيسمح بأشباع ما يشاء منها ، ويؤجل ما يرى تأجيله ، ويكبت ما يرى كبتة ، مراعيًا « مبدأ الواقع » أو العالم الخارجى ، بما يتضمنه ذلك من قوانين وقيم وأخلاق وتعاليم دينية . ويقوم « الأنا » - فى رأى فرويد - بالتوفيق بين « الهو » ، والواقع أو العالم الخارجى ، و « الأنا الأعلى » - بحيث يسمح بأشباع رغباته الغريزية فى الحدود التى يسمح بها الواقع ، ويحدد من تطرف « الأنا الأعلى » بحيث لا يجعله يسرف فى النقد

---

(١) سيجموند فرويد ، ترجمة محمد عثمان نجاتى : معالم التحليل

النفسانى ( ط ٤ ) . ( القاهرة : دار النهضة العربية ، ١٩٦٦ ) ،

ص ٥٥ - ٥٠

والتهديد بالعقاب بدون مبرر معقول • وإذا نجح « الأنا » فى وظيفته التوفيقية أمكن أن يتحقق للإنسان الاتزان والسواء والصحة النفسية • وعلى ذلك ، فأننا نستطيع أن نجد شجها بين النتيجة التى يؤدى إليها نجاح « الأنا » فى وظيفته وما يتحقق له من اتزان وسعادة ، وبين حالة « النفس المطمئنة » التى يصل إليها الإنسان بالتغلب على أهوائه ، وبتحقيق التوازن بين مطالبه البدنية ومطالبه الروحية ، مراعى فى ذلك « مبدأ الواقع » الذى يفرضه نظام الحياة فى المجتمع المسلم من حيث القيام بالعبادات المفروضة ، والأمر بالمعروف والنهى عن المنكر ، والعمل الصالح ، واتباع القيم والمبادئ والأخلاق الإسلامية •

\* \* \*

### ● التوازن فى الشخصية :

سبق أن أشرنا الى أن الحل الأمثل للصراع بين الجانبين البدنى والروحى فى الإنسان هو التوفيق بينهما ، بحيث يقوم الإنسان بأشباع حاجاته البدنية فى الحدود التى أباحتها الشريعة الإسلامية ، ويقوم فى الوقت نفسه بأشباع حاجاته الروحية • ومثل هذا التوفيق بين حاجات البدن وحاجات الروح يصبح أمرا ممكنا اذا ما التزم الإنسان فى حياته التوسط والاعتدال ، وتجنب الاسراف والتطرف سواء فى اشباع دوافعه البدنية أو الروحية • فليس فى الاسلام رهبانية تقاوم اشباع الدوافع البدنية وتعمل على كبتها ، كما ليس فى الاسلام إباحية مطلقة تعمل على الاشباع التام للدوافع البدنية ، وإنما ينادى الاسلام بالتوفيق بين دوافع كل من البدن والروح ، واتباع طريق وسط يحقق التوازن بين الجانبين المادى والروحى فى الإنسان • ويشير القرآن الكريم الى ضرورة تحقيق هذا التوازن فى الشخصية بقوله :

﴿وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ ، وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا ••﴾

( القصص : ٧٧ )



وحيثما يتحقق هذا التوازن بين البدن والروح ، تتحقق ذاتية الإنسان في صورتها الحقيقية الكاملة ، والتي تمثلت في شخصية النبي صلى الله عليه وسلم ، الذي توازنت فيه القوة الروحية الشفافة ، والحيوية الجسمية الفياضة . فكان يعبد الخالق - سبحانه - حق عبادته ، كما كان يعيش حياته البشرية كغيره من البشر في حدود الشريعة الإسلامية . ولذلك فهو يمثل الإنسان الكامل ، والشخصية الانسانية النموذجية الكاملة ، التي توازنت فيها جميع القوى الانسانية - البدنية منها والروحية (١) .

ولقد شرع الله الاسلام وجعل منه نظاما يكفل سعادة الفرد والجماعة في الدنيا والآخرة . ولم يترك عنصرا من عناصر الخير الا أمر به ودعا وحث عليه ، ولم يترك عنصرا من عناصر الشر والفساد الا نهى عنه وحذر منه . ذلك أن الاسلام بنى تنظيمه للعالم على الواقع . وهو أن الإنسان جنس وروح ، وأن للجسم حظا ومتعة ، كما أن للروح حظا ومتعة ، وأن للإنسان شخصية مستقلة عن غيره ، وشخصية بها يكون لبنة في المجتمع الانساني ، وأن له بكل من هاتين الشخصيتين حقوقا وعليه واجبات (٢) .

وفي ظل هذا المبدأ العام الواقعي ، وفي سبيل الوصول الى الغاية السامية ، وضع الاسلام المبادئ الآتية (٣) :

#### اولا - العقيدة :

طلب الايمان بمصدر الوجود والخير ، والرجوع اليه في كل شيء ، وافراده بالعبادة والتقديس والدعاء والاستغاثة ، حتى لا يذل

(١) محمد قطب : في النفس والمجتمع ( ط ٢ ) . ( القاهرة : مكتبة رهبية ، ١٩٦٢ ) ، ص ٦٢ - ٦٣

(٢) محمود شلتوت : من توجيهات الاسلام ، ص ٦٥

(٣) محمود شلتوت : المرجع السابق ، ص ٦٦ - ٧٩

مخلوق لمخلوق ، وحتى يشعر الانسان بعزة نفسه ، ولا يضل باتخاذ  
الوسطاء والشفعاء من دون الله .

وطلب الايمان بيوم الحساب ، والايمان بمعرفة طريق الحق الذي  
ارتضاه الخالق لعباده وربط به سعادتهم في الدنيا والآخرة ، وذلك  
الطريق هو : ملائكة الله الذين يتلقون عنه الشرائع والأحكام ، وأنبياءه  
الذين يتلقون عن الملائكة ويبلغون الناس ما أمروا بتبليغه ، والكتب  
السموية التي هي رسالة الله لعباده . وفي ذلك يقول الله تعالى :

« ليس البر أن تولوا وجوهكم قبل المشرق والمغرب  
ولكن البر من آمن بالله واليوم الآخر والملائكة والكتاب والنبيين » .  
( البقرة : ١٧٧ )

### ثانيا - العبادة :

رسم الاسلام طريق العبادة ، وفرض منها أنواعا عديدة ، جعلها  
مددا للايمان ، وسبيلا لمراقبة الله ، واعترافا بالشكر على نعمه ، وهي :

١ - الصلاة : فرض خمس صلوات في اليوم ، يقف فيها الانسان  
بين يدي خالقه ومولاه يناجيه ويستشعر عظمته ، ويريح نفسه  
في فترات متكررة من سلطان الحياة المادية وطمعها .

٢ - الصوم : وفرض صوم شهر في السنة - وهو شهر رمضان -  
شكرا على نعمة نزول القرآن ، وتقديرا على تنمية الصبر للمساعدة على  
احتمال الحياة .

٣ - الزكاة : وفرض الزكاة - وهي اخراج جزء معين من المال  
في سبيل الله - شكرا على نعمة المال ، وقياما بحق الجماعة .

٤ - الحج : وفرض الحج اعلانا لشعار الايمان العام ، وهو  
الالتجاء الى الله مع جماعة المؤمنين ، متجربين من مباحج الحياة الدنيوية ،  
ابتغاء مرضاة الله ، وتذكرا ليوم الميعاد ، وجمعا لكلمة الموحدين ،  
واحياء لذكرى المصلحين الأولين الذين اصطفاهم الله لانتقاد عباده من هوة  
الضلال .

فرض الله - سبحانه - هذه العبادات ، وأوضح على لسان رسوله الكريم كيفيتها ومقاديرها وأوقاتها ، ووحد بين الناس في كل ذلك حتى لا تتشعب أهواؤهم ، وحتى يكون ذلك سبيلا لجمع القلوب وائتلاف الأرواح ، والشعور بوحدة الغاية والمقصد .

### ثالثا - العلم :

حث الاسلام على العلم والمعرفة ، وتخليص العقل البشري من أغلال التقليد والجمود ، ودفع به الى معرفة أسرار الله في خلقه .. مائه وهوائه ، أرضه وسمائه ، وذلك لتدعيم وتقوية الايمان بالله ، ولإسعاد الناس باستخدام ما يدركون من أسرار هذا الكون الذي أخضعه الخالق - سبحانه - لخدمة الانسان في حياته .

ومن هنا - أعلى الاسلام شأن العلماء الذين خاضوا غمار هذا الكون ، واتنفع الناس بما أدركوا ، فقال تعالى :

● ﴿ .. قل هل يستوى الذين يعلمون والذين لا يعلمون .. ﴾

( الزمر : ٩ )

● ﴿ .. انما يخشى الله من عباده العلماء .. ﴾

( فاطر : ٢٨ )

وفي سبيل الحث على العلم حارب الاسلام الأمية وأوصى بتعلم الكتابة .

### رابعا - المال :

١ - الأمر بتحصيل الأموال : أمر الاسلام بتحصيل الأموال ، وقرر أنها قوام للناس وعصب لحياتهم ، وجعل السعى في تحصيلها من الأمور المشروعة - وهي الزراعة والتجارة والصناعة - عديلا لعبادة الله ، فقال تعالى :

● ﴿ فاذا قضيت الصلاة فانتشروا في الارض ولتفتنوا من فضل الله واذكروا الله كثيرا لعلكم تفلحون ﴾ .

( الجمعة : ١٠ )

● ﴿ هو الذى جعل لكم الارض ذلولا فامشوا في مناكبها وكلوا من رزقه ، واليه النشور ﴾ .

( الملك : ١٥ )

٢ - الامر بالمحافظة على الاموال : وأمر الاسلام بالمحافظة عليها ، ونهى عن تبذيرها ، وجعل فيها حقا للفقير الذى لا يستطيع العمل وللمصالح العامة . قال تعالى :

● ﴿ وآت ذا القربى حقه والمسكين وابن السبيل ولا تبذر تبذيرا .

ان المبذرين كانوا اخوان الشياطين ، وكان الشيطان لربه كفورا . واما تعرضن عنهم ابتغاء رحمة من ربك ترجوها فقل لهم قولا ميسورا . ولا تجعل يدك مغلولة الى عنقك ولا تبسطها كل البسط فتقعد ملوما محسورا ﴾ .

( الاسراء : ٢٦ - ٢٩ )

● ﴿ وانفقوا في سبيل الله ولا تلقوا بأيديكم الى التهلكة

( البقرة : ١٩٥ )

واحسنوا ، ان الله يحب المحسنين ﴾ .

● ﴿ ولا تاكلوا اموالكم بينكم بالباطل وتبلىوا بها الى

الحكام لتاكلوا فريقا من اموال الناس بالاثم وانتم تعلمون ﴾ .

( البقرة : ١٨٨ )

● ﴿ يا ايها الذين آمنوا اتقوا الله وذروا ما بقى من الربا ان

كنتم مؤمنين . فان لم تفعلوا فاذنوا بحرب من الله ورسوله ، وان تبتم فلكم رؤوس اموالكم لا تظلمون ولا تظلمون . وان كان ذو عسرة فنظرة الى ميسرة ، وان تصدقوا خير لكم ، ان كنتم تعلمون ﴾ .

( البقرة : ٢٧٨ - ٢٨٠ )

٣ - النهى عن التبذير : وبجانب هذا قرر الاسلام ان الترف

منبع شر ، يقضى على أخضر العالم ويأبسه . قال تعالى :

● ﴿ وما أرسلنا في قرية من نذير الا قال مترفوها انا بما أرسلتم به  
كاهرون . وقالوا نحن اكثر اموالا واولادا وما نحن بمعنيين ﴾ .  
( سبأ : ٣٤ - ٣٥ )

● ﴿ وكم قصمنا من قرية كانت ظالمة وانشانا بعدها  
قومًا آخرين . فلما احسوا باسنا اذا هم منها يركضون .  
لا تركضوا وارجعوا الى ما اترفتم فيه ومساكنكم لعلكم  
تسئلون . قالوا يا ويلنا انا كنا ظالمين . فما زالت تلك  
دعواهم حتى جفناهم حصيدا خامدين ﴾ .  
( الانبياء : ١١ - ١٤ )

وبذلك حارب الاسلام القائلين على الاموال الذين لهم فيها حق  
التصرف - ما لकिन أو مشرفين - حارب فيهم الترف والتبذير فيما  
لا يعود بخير على الأمة ، وجعل للحكام الحق في أن يققوا للمشرفين  
بالمصاد ، حتى يحتفظوا بأموال الله التي استخلفهم فيها .

#### خامسا - العرض :

أمر الاسلام بحفظ العرض احتفاظا بعنوان الشرف والكرامة ،  
واقتراعا لبذور التوضي الجنسية التي تقضى على نظام الأسرة والأنساب ،  
وقرر أن الاختصاص في الحياة الجنسية كالاختصاص في الملكية  
الشخصية ، كلاهما عنصر من عناصر الحياة الآمنة الشريفة ، وبفقد أحدهما  
تنفصم العرى وتنقطع الروابط ، ويصير الانسان الى اباحية مطلقة  
أو قسوة ووحشية .

#### سادسا - الصحة :

أمر الاسلام بالمحافظة على الصحة . فأمر بالوقاية من المرض  
وحذر من العدوى وحث على التداوى والعلاج ، وأباح للمريض  
التيمم ، كما أباح الفطر في المرض والسفر والحمل والنفاس والارضاع

والشيخوخة • • كل ذلك عناية بالصحة ووقاية من الأمراض • ويبنى  
الاسلام أوامره على الواقع • • والواقع أنه لا علم الا بالصحة ، ولا جهاد  
الا بالصحة ، ولا عمل الا بالصحة •

#### سابعاً - العقل :

أمر الاسلام بحفظ العقل الذى هو ميزان الخير والشر فى الحياة •  
فحرم كل ما يفسده أو يضعفه • قال تعالى :

﴿ يا ايها الذين آمنوا انما الخمر والميسر والانصاب  
والأزلام رجس من عمل الشيطان فاجتنبوه لعلكم تفلحون ﴾ •  
( المائدة : ٩٠ )

#### ثامناً - حفظ الجسم والروح :

مكن الاسلام الانسان من حفظ الجسم ، وأباح له التمتع  
بالطيبات فى مأكله ومشربه ، وفى ملبسه ومسكنه ، بحسب وسعه  
وقدرته دون اسراف أو تبذير ، وأباح للانسان التمتع بحاجة نفسه  
من الزوجة والمال والولد ، ومكنه من متعة الروح بالعلم والرياضة ،  
وعن طريق الفكر والتدبر فى جلال الله سبحانه ، وما خلق من آيات  
وعجائب • قال تعالى :

● ﴿ قل من حرم زينة الله التى أخرج لعباده والطيبات من الرزق ،  
قل هى للذين آمنوا فى الحياة الدنيا خالصة يوم القيامة ، كذلك نفصل  
الآيات لقوم يعلمون • قل انما حرم ربى الفواحش ما ظهر منها  
وما بطن والاثم والبغى بغير الحق وان تشركوا بالله ما لم ينزل به  
سلطانا وان تقولوا على الله ما لا تعلمون ﴾ • ( الاعراف : ٣٢ - ٣٣ )

● ﴿ يا ايها الذين آمنوا لا تحرموا طيبات ما أحل  
الله لكم ولا تعتدوا ، ان الله لا يحب المعتدين • وكلوا مما رزقكم  
الله حلالا طيبا ، واتقوا الله الذى انتم به مؤمنون ﴾ •

( المائدة : ٨٧ - ٨٨ )

## تاسعا - القوة :

أمر الاسلام ، حفظا لكيان الدولة ورد غائلة المعتدين - بتحصيل القوة واتخاذ العدة التى بها يكافح الأعداء • قال تعالى :

﴿ وَأَعِدُوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهَبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَآخَرِينَ مِنْ دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ ، وَمَا تَنْفَقُوا مِنْ شَيْءٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يُوَفِّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تَظْلَمُونَ ﴾ .  
( الانفال : ٦٠ )

وقد أرشدت الآية الكريمة الى أن القوة ليست فى نظر الاسلام الا طريقا من طرق الإصلاح ، وسيلا من سبل السلم يارهاب المفسدين ورد المغيرين ، وتقوية جانب الخير بشد أزr المصلحين ، وأنه لا يقرها طريقا للاذلال والتخريب ، واخراج الناس من ديارهم وسلب أموالهم والتضييق عليهم فى الحياة ، ولا يريد اكرها للناس على اعتناق الدين • قال تعالى :

﴿ لَا أَكْرَاهُ فِي الدِّينِ ، قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَىِّ ، فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ وَيُؤْمِنْ بِاللَّهِ فَقَدْ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَى لَا انْفِصَامَ لَهَا ، وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ﴾ .  
( البقرة : ٢٥٦ )

## عاشرا - المساواة :

قرر الاسلام المساواة بين الناس ، وقضى فى الحقوق والواجبات على الفوارق فى هذا المجال ، وأعلن فى صراحة لا تعرف المواربة أنهم جميعا من نفس واحدة • قال تعالى :

● ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً ، وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ ، إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا ﴾ .  
( النساء : ١ )

● ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَى وَجَعَلْنَاكُمْ  
شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ، إِنْ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ اتَّقَاكُمْ ﴾ .  
( الحجرات : ١٣ )

#### حادى عشر - التشريع :

وضع الاسلام أصول التشريعات والأحكام المنظمة لحياة الانسان .  
وكان سبيله فى ذلك أنه لم يترك الناس يشرعون لأنفسهم فى كل  
شئ ، ولم يقللهم بتشريع معين فى كل شئ ، وإنما نص وفوض . .  
فلقد نص على أحكام ما لا تستقل العقول بإدراك الخير فيه ،  
وما لا يختلف باختلاف الأزمنة والأماكن والأشخاص ، ثم فوض فيما  
وراء ذلك - أى معرفة ما تقضى به المصلحة - لأرباب النظر والاجتهاد فى  
حدود أصوله العامة ، وبذلك حفظ الاسلام للعقل الانسانى كرامته ،  
وصانه فى ذات الوقت من الاضطراب والفوضى .

#### ثانى عشر - تنمية المجتمع :

شد الاسلام أزر المبادئ الأخلاقية - التى لا بد منها فى أصل  
الحياة وحفظها - بجملة من الآداب الفردية والاجتماعية ، تخلق على  
الانسان فى شخصه ومجتمعه حلة البهاء الانسانى والاستقرار النفسى ،  
وتقيه شرور التدهور والانحلال ، وذلك على النحو التالى :

١ - فى أدب التواضع ، وانشغال الانسان بما لا يعنيه ، وسعيه  
وراء الظنون الفاسدة والخواطر السيئة ، قال تعالى :

● ﴿ وَلَا تَصْعَرَ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرْحًا ، إِنْ اللَّهَ لَا يَحِبُّ  
كُلَّ مُخْتَسِلٍ فَخُورٍ . واقصد فى مشيك واغضض من صوتك . . ﴾ .  
( لقمان : ١٨ - ١٩ )

● ﴿ وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ ، إِنْ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ  
كُلٌّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا . وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرْحًا ، إِنَّكَ  
لَنْ تُخْزِقَ الْأَرْضَ وَلَنْ تَبْلُغَ الْجَبَالَ طَوْلًا . كل ذلك كان سبيته  
عند ربك مكروهاً . ﴾ .  
( الاسراء : ٣٦ - ٣٨ )



● ﴿ يا ايها الذين آمنوا اجتنبوا كثيرا من الظن ان بعض الظن اثم ، ولا تجسسوا ولا يغتب بعضكم بعضا ، ايحب احدكم ان ياكل لحم اخيه ميتا فكرهتموه ﴾ .  
( الحجرات : ١٢ )

٢ - وفي ادب الزيارة ، قال تعالى :

● ﴿ يا ايها الذين آمنوا لا تدخلوا بيوتا غير بيوتكم حتى تستأنسوا وتسلموا على اهلها ، ذلكم خير لكم لعلكم تذكرون . فان لم تجدوا فيها أحدا فلا تدخلوها حتى يؤذن لكم ، وان قيل لكم ارجعوا فارجعوا ، هو اذكى لكم ، والله بما تعملون عليم ﴾ .  
( النور : ٢٧ - ٢٨ )

٣ - وفي سد ابواب الفتنة الجنسية ، قال تعالى :

﴿ قل للمؤمنين يغضوا من ابصارهم ويحفظوا فروجهم ، ذلك اذكى لهم ، ان الله خير بما يصنعون . وقل للمؤمنات يغضضن من ابصارهن ويحفظن فروجهن ولا يبدين زينتهن الا ما ظهر منها ، وليخرجن بخمرهن على جيوبهن ٠٠ ﴾ .  
( النور : ٣٠ - ٣١ )

٤ - وفي الادب الاجتماعى ، قال تعالى :

﴿ يا ايها الذين آمنوا لا يسخر قوم من قوم عسى ان يكونوا خيرا منهم ولا نساء من نساء عسى ان يكن خيرا منهن ولا تلمزوا انفسكم ولا تنابزوا بالالقاب ، بئس الاسم الفسوق بعد الايمان ، ومن لم يتب فاولئك هم الظالمون ﴾ .  
( الحجرات : ١١ )

٥ - وفي ادب تلقى الاخبار واذاعتها ، قال تعالى :

﴿ يا ايها الذين آمنوا ان جاءكم فاسق بنبأ فتبينوا ان تصيبوا قوما بجهالة فتصبحوا على ما فعلتم نادمين ﴾ .  
( الحجرات : ٦ )

٦ - وفي معاملة المسالمين المخالفين في الدين ، قال تعالى :

﴿ لا ينهاكم الله عن الذين لهم يقاتلوكم في الدين ولم يخرجوكم من دياركم أن تبروهم وتقسطوا اليهم ، ان الله يحب المقسطين ﴾ .

( المتحنة : ٨ )

رابع عشر - أساس الحكم ومصادر التشريع :

ذكرنا جملة المبادئ الأصلية التي وضعها الاسلام سبيلا للحياة الطيبة ، وقد صاغها الاسلام ، فوضع العدل والشورى أساسين للحكم فيها ، وأوضح مصادر التشريع التي يتجه اليها المشرعون فيما يحتاجون من أحكام .. ففي العدل ، قال تعالى :

● ﴿ ان الله يأمركم ان تؤدوا الأمانات الى أهلها واذا حكمتم بين الناس ان تحكموا بالعدل ... ﴾ .

( النساء : ٥٨ )

● ﴿ .. واذا قاتلتم فاعذبوا ولو كان ذا قربى .. ﴾ .

( الأنعام : ١٥٢ )

● ﴿ يا ايها الذين آمنوا كونوا قوامين لله شهداء بالقسط ، ولا يجرمنكم شنآن قوم على ألا تعدلوا ، اعدلوا هو اقرب للتقوى .. ﴾ .

( المائدة : ٨ )

وفي مبدأ الشورى ، قال تعالى :

● ﴿ وشاورهم في الأمر .. ﴾ .

( آل عمران : ١٥٩ )

● ﴿ .. وأمرهم شورى بينهم .. ﴾ .

( الشورى : ٣٨ )

وفي بيان مصادر التشريع ، قال تعالى :

﴿ يا ايها الذين آمنوا اطيعوا الله واطيعوا الرسول وأولى الأمر منكم ، فان تنازعتم في شئ فردوه الى الله والرسول .. ﴾ .

( النساء : ٥٩ )

ولم يقف الاسلام فى ضيائة هذه المبادئ عند جانب الحكم ، بل اتجه الى الناس جميعا وأمرهم بتقوى الله فيها والتزام حدوده منها ، وحذرهم مخالفتها ، ودعاهم الى الاعتصام بحبلها والتضامن فيها والتواصى بها ، حاكمين ومحكومين ، رعاة ورعايا .. فقال تعالى :

● ﴿ يا ايها الذين آمنوا اتقوا الله حق تقاته ولا تموتن الا وانتم مسلمون . واعتصموا بحبل الله جميعا ولا تفرقوا ﴾ .  
( آل عمران : ١٠٢ ، ١٠٣ )

● ﴿ ولتنكمن منكم امة يعنون الى الخير ويأمرون بالمعروف وينهون عن المنكر ، واولئك هم المفلحون ﴾ .  
( آل عمران : ١٠٤ )

● ﴿ واطيعوا الله ورسوله ولا تنازعوا فتفشلوا وتذهب ديحكم واصبروا ، ان الله مع الصابرين ﴾ .  
( الانفال : ٤٦ )

\*\*\*

وبعد ..

فهذا هو الاسلام ، وهو دين الله الذى ارتضاه لعباده ، ينظمون به حياتهم ، ويخرجهم من الظلمات الى النور .. بعث بأصوله الرسل وبينه فى الكتب ، ثم أكمله بما يناسب رقى الانسان فى القرآن الكريم ، وعلى يد خاتم الأنبياء والمرسلين ، محمد صلى الله عليه وسلم ، أجملناه فى هذه الكلمات ليكون منارا يسترشد به المسترشدون فى ظلمة الانحاد والانحراف . ويكون تبصرة وذكرى لأولى الألباب ، ويكون حدا فاصلا بين الحقيقة التى أنزلها الله ، وبين الانحراف الذى تفكك به المسلمون . قال تعالى :

● ﴿ قَدْ جَاءَكُمْ بِصَافِرَاتٍ مِنْ رَبِّكُمْ ، فَمَنْ أَبْصَرَ فَلِنَفْسِهِ ،  
وَمَنْ عَمِيَ فَعَلَيْهَا ، وَمَا أَنَا عَلَيْكُمْ بِحَفِيفٍ ﴾ .  
( الأنعام : ١٠٤ )

● ﴿ أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَنْ تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا نَزَلَ مِنْ  
الْحَقِّ وَلَا يَكُونُوا كَالَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلُ فَطَالَ عَلَيْهِمُ  
الْأَمَدُ فَقَسَتْ قُلُوبُهُمْ ، وَكَثِيرٌ مِنْهُمْ فَاسِقُونَ . اَعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَحْبِي  
الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا ، قَدْ بَيَّنَّا لَكُمْ الْآيَاتِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ ﴾ .  
( الحديد : ١٦ - ١٧ )

\* \* \*

## الفصل الرابع

### مفهوم النفس المنحرفة

- مستوى الصحة النفسية للفرد .
- مظاهر الاضطرابات والأمراض النفسية .
- تصنيف عام للاضطرابات والأمراض النفسية .
- أساليب التوافق غير السوي .
- مظاهر سوء التوافق في القرآن .

1. *Phragmites australis* (Cav.) Trin. ex Steud.

1. 1990年12月25日，在“九二”国际学术会议上，由日本学者提出的“新亚大陆桥”设想，即从日本经朝鲜、中国、蒙古、俄罗斯到欧洲。

•

[illegible]

... ..

1. *Phragmites australis* (Cav.) Trin. ex Steud.

## مستوى الصحة النفسية للفرد

المقصود بمستوى الصحة النفسية للفرد هو مدى خلو الشخصية من الانحرافات والاضطرابات والأمراض النفسية ، أو وجودها بدرجة معينة . فالشخصية التي تتميز بمستوى عال من الصحة النفسية ، هي تلك الشخصية التي تكاد تخلو من مظاهر الانحرافات والاضطرابات والأمراض النفسية على اختلافها ومستواها . ولا شك أن الصحة النفسية مسألة نسبية ، شأنها شأن بقية جوانب الشخصية كالذكاء ومختلف القدرات والاستعدادات . بمعنى أن الصحة النفسية الكاملة لا تكاد تتحقق لفرد ما ، وأن مستوى الصحة النفسية يختلف من فرد لآخر ، بحيث نجد فردا يتمتع بقدر أو مستوى من الصحة النفسية أكثر من غيره ، لكننا لا نكاد نجد فردا كامل الصحة النفسية . فكما لا نستطيع القول بأن فلانا كامل الذكاء وفلانا منعدم الذكاء ، فائنا لا نستطيع أن نقول إن شخصا ما كامل الصحة النفسية وشخصا آخر منعدمها . هذا من الناحية العلمية البحتة . ولكننا نضطر في الواقع - تجاوزا - على وصف الشخصية بالصحة النفسية إن كانت تكاد تخلو من مظاهر الانحراف أو الاضطراب أو المرض النفسي الواضح ، وأن نصفها بالمرض النفسي إذا ما كانت مظاهر الانحراف أو الاضطراب النفسي واضحة فيها بدرجة ملحوظة .

ويعتبر مستوى الصحة النفسية جانبا هاما من جوانب الشخصية . بحيث لا نكاد نصف شخصية إنسان دون إشارة لمستوى صحته النفسية . حيث إن مستوى الصحة النفسية من أشد جوانب الشخصية تأثيرا على سلوكها وعلاقاتها في محيطها ومجتمعها . فالصحة النفسية للفرد إذا اضطربت انعكس ذلك على كل أفعاله ونشاطه وعلاقاته مع

الآخرين ، فاذا بأفعاله وأنشطته يختلان فلا يحققان الهدف المنشود وهو التوافق الاجتماعى والانجاز الشخصى الناجح الفعّال .

\* \* \*

### مظاهر الاضطرابات والأمراض النفسية(١)

إذا تساءلنا عن أبرز المظاهر التى تدلنا على وجود انحرافات أو أمراض نفسية فى الفرد ، نجد أن هناك مظاهر كثيرة ومتنوعة تدل - فى حالة وجودها - على وجود انحراف أو اضطراب نفسى فى الشخصية . ومن أبرز هذه المظاهر ما يلى :

#### ١ - اضطرابات الإدراك ( Perceptual Disorders ) :

كإدراك أشياء لا وجود لها فى الواقع الفعلى ، مثل «الهوسة» . ففى هذه الحالة يشعر الفرد بأحاسيس ليست لها تنبيهات حقيقية ، كأن يحس بأن شخصا يناديه أو يحدثه ، وهو فى هذه الحالة يراه ويسمع صوته ويتبادل معه الحديث . ويصبح الشخص - فى هذه الحالة - مصدقا لكل ما يحس به ، مثله كالكائن الذى يرى حلما فى نومه ، ولكن فى حالة الهوسة يكون الشخص متيقظا .

ومن أنواع اضطرابات الإدراك أيضا ما يعرف بـ « سوء التأويل » أو « الأوهام » ( Illusions ) . ففى هذه الحالة توجد أشياء فى الواقع لكن لا تدركها الشخصية على حالتها الفعلية بل تدركها محرفة ، بحيث يتفق هذا التحريف مع حالتها النفسية . وعلى ذلك فإن مثل هذا الشخص يفسر سلوك الآخرين على أساس أنهم يضمرون له شرا ويخفون نواياهم السيئة ، وهكذا يدرك الأشياء والأحداث على غير حقيقتها .

---

(١) فرج عبد القادر طه : **المجمل فى علم النفس والشخصية والأمراض**

**النفسية** . ( القاهرة : الدار الفنية للنشر والتوزيع ، ١٩٨٨ ) ، ص ٥٦-٦١



## ٢ - اضطرابات التفكير ( Thought Disturbances ) :

تسلط أفكار غير واقعية ولا منطقية ولا تنفق مع المستوى العقلي أو الثقافي أو الاجتماعي للفرد .. مثل ما يعرف بـ « الهذات » ( Delusions ) ، وهى عبارة عن معتقدات يعتنقها الشخص رغم ما فيها من سخف وعدم منطق ، ولا يمكن اقناعه بفساد هذا الاعتقاد أو عدم صحته ، مثل اعتقاد بعض المرضى بأنهم شخصيات تاريخية عظيمة ويحاولون أن يتقمصوا شخصياتهم .

وهناك نوع آخر من الأفكار المتسلطة والتي تعرف بـ « الوسواس القهرى » ( Compulsive Obsession ) ، وهى تختلف عن الهذات فى أن الوسواس يجعل الشخص يعتقد أن الفكرة التى تراوده وتسلط عليه فكرة غير صحيحة وغير واقعية ، ومع ذلك فهى تلح عليه ولا يملك منها فرارا أو يبعدها عن تفكيره على الرغم من اقتناعه بسخفها .

ومن اضطرابات التفكير نجد نوعا آخر يتمثل فى « التدهور العقلي » ( Mental Deterioration ) ، حيث يصاب الاستعداد العقلي للمريض بالتخلل والاضمحلال والنقص المستمر .. حيث تقل قدرته على الفهم والاستيعاب ، وتنقص قدرته وكفاءته فى التعامل مع الرموز والأفكار المجردة ، ويصاب بنقص ملحوظ فى وظائفه العقلية .

كما أن « خلط التفكير وغرابته » ( Bizarre Thinking ) مظهر آخر من مظاهر اضطرابات التفكير .. فهنا نجد الشخص ينتقل فى تفكيره وحديثه أو كتابته من فكرة الى أخرى انتقالا مفاجئا ، دون وجود روابط منطقية بين الفكرة السابقة والفكرة اللاحقة ، بحيث يتعذر على المستمع أو القارئ عملية المتابعة أو الفهم .

ويعتبر « اضطراب الذاكرة » علامة أخرى من علامات اضطراب التفكير ، حيث يفقد الشخص ذاكرته لدرجة قد يستحيل معها معرفة هويته أو عمله ، أو قد تضعف ذاكرته المتعلقة بموقف أو حدث معين ، مع بقاء جواب ذاكرته الأخرى سوية .

## ٢ - اضطرابات الانتباه ( Attention Disorders ) :

تعتبر قدرة الفرد على تركيز انتباهه ونقله من موضوع الى آخر حسب الموقف الذى يواجهه احدى الخواص اللازمة لتوافقه فى حياته .  
ومن ثم فإن اضطرابات الانتباه تعتبر من مظاهر الاضطرابات النفسية .

وهناك أنواع من اضطرابات الانتباه .. منها سهولة تحول انتباه الفرد من موضوع لآخر على الرغم من محاولته تركيز انتباهه على الموضوع الأول ، الا أنه يمكن الأقل المنبهات أن تشتت ذهنه وتقلل تركيزه على الرغم منه . وهكذا يتحول انتباهه من موضوع لآخر دون قدرة على ضبط الانتباه وتركيزه فى الموضوع الذى يستحق التركيز والاهتمام ، وبذا تقل الكفاية الانتاجية للفرد .

ومن اضطرابات الانتباه أيضا حالات الذهول التى تقلل من قدرة الفرد على الانتباه للواقع من حوله ، وقد تصاحبها حالات من الهياج والأوهام والتخيلات ، كحالة المحموم أو من يسرف فى تعاطى المخدرات أو المسكرات .. ويبلغ اضطراب الانتباه أقصاه فى حالة « العيوبة » ( Comatose ) حيث يفقد الشخص وعيه بما يحيط به ، ويكاد يستحيل على المنبهات الخارجية جذب انتباهه اليها ، واستجابته لها .

## ٤ - اضطرابات الانفعال ( Emotion Disorders ) :

يقصد باضطرابات الانفعال فى الفرد عدم ملائمة الانفعال - من حيث شدته أو نوعه - للموقف الذى يواجهه . فالفرد السوى يكون انفعاله مناسباً للموقف الذى يستثير انفعاله ، والشخص الذى يحس بالسيادة الغامرة دون أن يكون فى واقعه ما يبرر ذلك أو الذى يشعر بالحزن الشديد دون سبب واقعى واضح .. فكلا الحالتين يعانى ضعفاً فى الصحة النفسية .

كما أن هناك عرضاً آخر من اضطرابات الانفعال يشمل فى « عدم استقرار الانفعال » ( Emotional Instability ) ، ويتمثل فى ضعف

سيطرة الشخص على افعاله بحيث يثير افعاله أضعف المثيرات ..  
فإذا بالفرد يبكى وينتج بشدة لمجرد مشاهدة رواية أو تمثيلية مجزنة ،  
أو يضحك ويخرج عن وقاره لسماع قصة تافهة ، وهكذا ..

#### ٥ - انحرافات السلوك أو شذوذه ( Behavioral Perversions )

إن انحراف السلوك أو شذوذه عن المألوف يعتبر من مظاهر  
الاضطراب النفسى . فمختلف الجرائم التى لا يبررها الواقع والنظام  
الاجتماعى الذى يعيش فيه الفرد ، كالقتل والسرقة أو الاغتصاب  
الجنسى تعتبر جميعها من مظاهر الاضطرابات النفسية . ويعتبر الانحراف  
الجنسى مثل « الجنسية المثلية » ( Homosexuality ) من انحرافات  
السلوك التى لا يقرها الدين والمجتمع .

#### ٦ - أعراض جسمية ( Somatics ) :

هناك بعض الاضطرابات النفسية التى تتخذ من أعضاء الجسم  
مظهرا للتعبير عنها ، فيصاب العضو الجسمى بالمرض نتيجة للاضطراب  
النفسى . وفى هذه الحالة يتعذر علاج العضو المريض ما لم يعالج الفرد  
نفسيا . وتندرج هذه الأعراض الجسمية تحت نوعين أساسيين :

( أ ) الهستيريا التحويلية ( Conversion Hysteria ) : وتندرج تحت  
هذا النوع الأعراض التى تتمثل فى فقد العضو القدرة على أداء وظيفته  
دون وجود تشخيص طبي لهذه الحالة أى دون إصابة أو عطل تشريحي  
فى العضو ذاته أو فى مراكزه بالدماغ أو الأعصاب الموصلة بين العضو  
ومراكزه فى الدماغ . ومن أمثلة ذلك كيف البصر الهستيرى ( العمى  
الهستيرى ) ، حيث يفقد الشخص قدرته على الابصار بينما تبقى العين  
مأجزأوها ومراكزها بالدماغ سليمة ، ومع ذلك لا تستطيع العين أن  
تؤدي وظيفتها .

#### ( ب ) الأمراض النفسيةجسمية ( Psychosomatics ) :

وهى أمراض جسمية تنشأ عن سبب نفسى ، وينتج عنها تلف فى البناء

التشريحى للعضو المريض ، بحيث يمكن للوسائل الطبية الكشف عن هذا التلف . وإن العلاج الطبى وحده لا يفلح فى شفاء المرض السيكوسوماتى ، ولا بد من أن يقترن بالعلاج النفسى حتى يعالج السبب الأصلى للمرض . . فهناك بعض الأمراض الجسمية التى تنتج عن اضطراب يصيب النفس البشرية ، كبعض أمراض السكر وضغط الدم ( التاجيين عن مخاوف أو افعالات غضب شديدة أغلبها على المستوى اللاشعورى ) وكذا قرحة المعدة أو الاثنى عشر ( التى تصيب الذين يحتاجون الى الحب الشديد والرعاية الزائدة ، وغالبا لا شعوريا ) ، كما بدأت تندرج أمراض جديدة تحت هذه الفئة كبعض أنواع الصداع وأمراض الحساسية .

وتعتبر الحرافات السلوك أكثر أعراض الاضطرابات النفسية وأكثرها خطرا على الفرد والمجتمع . . مثل جرائم القتل والسرقة والاغتصاب والانحرافات الجنسية ، وكذا جرائم الرشوة والاختلاس وتماطى المخدرات وترويجها . . فكل هذا سلوك منحرف يصدر عن نفس بشرية مضطربة ومريضة .

واضطراب الصحة النفسية معناه فى نهاية الأمر أنه تبيد طاقة الانسان واعداد لها فى دروب ومسالك لا تعود عليه أو على المجتمع الا بالضرر ، حيث لا يبقى للنفس البشرية من طاقة تساعد على أن تؤدي وظائفها بكفاءة عالية ، تماما كالمرض الجسمى الذى يدهم الفرد فيبذل طاقته الجسمية ، بحيث لا يقوى على أداء الواجبات المطلوبة منه أو القيام بالوظائف الأساسية كالمشى أو الجرى أو دفع الأشياء لوجعلها .



### تصنيف علم للاضطرابات والأمراض النفسية

بعد أن ناقشنا بإيجاز المظاهر الأساسية التى تشير الى وجود اضطراب أو مرض نفسى عند الفرد ، يبدو من المفيد أن نضح تصنيفا

عاما لمختلف الاضطرابات والأمراض النفسية بحيث يعطى أهمها . وسوف نصف الاضطرابات والأمراض النفسية تحت أربع فئات على النحو التالي (١) :

- ١ - الأمراض العصبية ( Neuroses )
- ٢ - الأمراض الذهانية ( Psychoses )
- ٣ - السيكوباتية ( Psychopathy )
- ٤ - الأمراض السيكوسوماتية ( Psychosomatic )

وسنناقش كل فئة باختصار :

#### أولا - الأمراض / الاضطرابات العصبية ( Neuroses )

تضم هذه الفئة مجموعة من الأمراض النفسية التي تتميز بضعف تأثيرها نسبيا على شخصية المريض ، بحيث لا تهدد نجاحه وتوافقـه في عمله أو في علاقاته الاجتماعية الا بقدر ضئيل . ولهذا فإن المرضى العصبيين عادة لا يحتاجون الى الحجز داخل مستشفيات لرعايتهم الا نادرا ، وذلك لقلّة خطورتهم على أنفسهم أو على المجتمع . لذلك فإن الكثيرين منهم يعيشون بيننا معيشة سوية ، بل وفي كثير من الحالات لا نكاد نكشف مرضهم النفسي الا اذا حدثونا عنه . ومن أبرز الأمراض العصبية ما يأتي :

#### ١ - الهستيريا ( Hysteria )

هي مرض نفسى متشعب الأعراض ومتعدد الأنواع أيضا . . فهناك مثلا « الهستيريا التحويلية » - التي سبق الحديث عنها - وهناك « الاغماء الهستيرى » ، ويتمثل في فوبات يفقد فيها المريض وعيه ، وقد يتصاب جسمه أو يهذى بكلمات غير ذات معنى أو يقوم بحركات

(١) فرج عبد القادر طه : **المجلد في علم النفس والشخصية والأمراض النفسية** ، مرجع سابق ، ص ٦١

شاذة • وهناك « التجوال النومي ( Somnambulism ) ويتمثل في المشي أثناء النوم والقيام بنشاط حركي وهو مستغرق في النوم ، وعندما يستيقظ فانه غالباً لا يتذكر ما حدث أثناء تجواله النومي ، كما أن هناك نوعاً آخر يشبه التجوال النومي ، وهو المعروف باسم « التجوال اللاشعوري » ( Fugue ) ويتمثل في فقدان المريض لذاكرته لفترة طويلة ، فينسى كل شيء عن حياته السابقة ويخرج متجولاً لفترة قد تطول ، ويقوم أثناءها بأعمال وأنشطة مختلفة ويجوب بلاداً مختلفة ، حتى إذا أفاق من نوبة التجوال اللاشعوري هذا عادت اليه ذاكرته وماضيه وحياته السابقة ، وغالباً لا يتذكر ما فعله أثناء نوبة التجوال ••

### ١ - الخوف المرضي ( الفوبيا ) : ( Phobia ) :

هو عبارة عن خوف من موضوع أو شيء أو موقف لا يستثير عادة الخوف لدى عامة الناس •• « كالخوف من الأماكن المفتوحة » ( Agoraphobia ) ، ويبدو في خوف المريض من البقاء في أماكن مفتوحة ، فإذا ما دخل منزلاً لا يستريح إلا إذا أغلق الباب والنوافذ ، إذا سار في شارع فسيح اتنابه الفزع والضييق ، وهكذا •• وهناك مرضى - على عكس السابق - مصابون بـ « الخوف من الأماكن المغلقة » ( Claustrophobia ) ، فلا يكاد يجد نفسه في مكان أو غرفة مغلقة حتى يتنابه الخوف والفزع ، ويظل هكذا حتى تفتح الأبواب •• وهناك العديد من أمراض الفوبيا مثال ذلك : « الخوف من الأماكن المرتفعة » ( Acrophobia ) و « الخوف من منظر الدم » ( Hematophobia ) والخوف من حيوانات أليفة كالقطط •

### ٣ - الوسواس ( Obsession ) :

عبارة عن أفكار تراود المريض وتلازمه دون أن يستطيع التخلص منها ، على الرغم من شعوره بغرابتها وعدم جدواها أو واقعيتها • ويبدل

المريض جهده لمحاولة ابعاد هذه الأفكار عن ذهنه ، حتى يصبح شاغله الشاغل هو القضاء عليها واستبعادها باقناع نفسه بغرابتها وعدم جدواها ، وأحيانا يلجأ الى الآخرين حتى يقنعوه بذلك . فلا غرابة اذن أن تظهر على المريض بالوسواس أعراض الارهاق والتعب لكثرة ما يبذله من طاقة في مقاومة الوسواس .

#### { - الحواز ( Compulsion )

عبارة عن قيام المريض بحركات رتيبة جامدة نمطية لا تحقق له أية فائدة ، وليس لها معنى منطقي لدى الآخرين . مثل المريض الحوازي الذي يغسل يديه عدة مرات بحجة وقاية نفسه من المرض عن طريق التخلص من الجراثيم التي تعلق بيديه . وفي حالات كثيرة يجاهد المريض الحوازي نفسه بنفسه ليمنعها من اتمام الفعل الحوازي لاقتناعه بعدم جدواه أو واقعيتها ، لكنه في النهاية يفشل في تحقيق ذلك ويستسلم للدافع الداخلي الذي يملأ عليه اتمام الفعل الحوازي . وهذا يعني أن الدافع وراء الفعل الحوازي يكون أقوى من الإرادة الشعورية للمريض ، ولذا يميل بعض علماء النفس الى تسمية الأفعال الحوازية بالأفعال القهرية نسبة الى أن المريض يكون مقهورا على تكرار أداؤها رغما عنه .

ويتشابه الحواز في أصله وطابعه مع الوسواس ، وكثيرا ما يتواجدان سويا في المريض الواحد ويصبح « حوازيا موسوسا » ( Compulsive Obsessive ) . ولا يكاد يختلف الحواز عن الوسواس الا في حركية الحواز ، بينما نجد الوسواس فكريا . فالحوازي يقوم بأفعال حركية متكررة ، بينما الوسواسي تراوده افكار غريبة . والمريض في الحالتين يمي تماما أنه مريض ، ويجاهد لوقف الأعمال والأفعال الحركية الحوازية لادراكه لسخفها ، وفي أن يدرك الأفكار الوسواسية لادراكه لعدم منطقيتها ، وان كان يفشل في الحالتين لأن الدوافع اليهما دوافع لا شعورية لا يدركها ولا يملك التحكم فيها كما لا يستطيع

مواجهتها بشكل ناجح الا اذا أدرك حقيقتها وأهدافها ، بعد أن يمر  
بمرحلة ارشاد أو علاج نفسى •

#### ٥ - توهم المرض ( Hypochondria ) •

المريض هنا يتوهم اصابته فعلا بمرض أو أمراض معينة أو استعدادا  
للإصابة بها ، لهذا فهو دائم الاحتياط والخوف • وهو منشغل دائما  
بصحته ويهتم بها اهتماما كبيرا • ويقلق بشدة اذا أصابته وعكة صحية  
خفيفة ويتوهم أنه أصيب بمرض خطير ، وغالبا ما يفشل من حوله  
والأطباء فى طمأنته على صحته واقناعه بخلوه من المرض • ومن هنا  
فهو دائم الشكوى من اصابته المتوهمة بأمراض معينة ، أو خوفه من  
الإصابة بها ، حتى ان البعض يميل الى تسمية هذا المرض بـ « وسواس  
المرض » •

#### ٦ - الوهن النفسى ( النيروستانيا ) ( Neurasthenia ) :

يقصد به احساس المريض المستمر بالارهاق والتعب والضعف ونقص  
الحياة • ويشمل مفهوم النيروستانيا الأنواع التالية من الظواهر  
المرضية :

( أ ) اضطرابات فى الحساسية ، كالصداع المتصل أو المتقطع  
والأوجاع المتتمة والحساسية المفرطة واحساسات مرضية ليس لها  
أساس عضوى •

( ب ) اضطرابات حسية ، كزيادة الحساسية وطنين الأذن •

( ج ) اضطرابات حشوية وظيفية ، كاضطراب الهضم وتقلص المعدة  
وآلام بالمعدة واضطراب فى افرازات المعدة والكبد •

( د ) اضطرابات خاصة بالأوعية الدموية ، كهبوط فى ضغط  
الدم أو ارتفاعه •



- (هـ) اضطرابات التنفس ، كضيق فى التنفس والربو الكاذب .
- (و) اضطرابات عصبية نفسية ، مثل الأرق والدوار والاكتئاب وسرعة الغضب والاندفاع وتشتت الانتباه وصعوبة التركيز .

#### ٧ - القلق العصائى ( Neurotic Anxiety ) .

حيث يظل المريض قلقا خائفا من كل شئ ومن لا شئ فى نفس الوقت ، ويظل يبحث عن شئ يبرر به خوفه أو يربطه به ، فيلتبس لانزعاجه أوهى الأسباب وأقلها مدعاة للخوف والقلق . ويكون قلقه وخوفه وتوتره أقوى كثيرا مما يتطلبه الموقف ، مثال ذلك الطالب الذى تنقلب فى فراش النوم دون الاستغراق فيه طوال لياالى فترة الامتحانات، مع ضيق بالغ لعدم النوم ، ورغبة جارفة فى النوم حتى يستعيد نشاطه وقدرته على أداء الامتحان . ولا تكاد تنقضى فترة الامتحانات حتى يبحث قلقه عن سبب آخر لاستحضاره ، كانتظار ظهور نتيجة الامتحان وتوقع الرسوب . وهكذا يظل المريض قلقا منشغلا سواء لأسباب واقعية أو وهمية .

#### ٨ - الاكتئاب العصائى ( Neurotic Depression ) :

تسيطر على المريض هنا حالة من الهم والحزن والابتعاد عن مباحج الحياة والرغبة فى التخلص من الحياة ، مع هبوط النشاط وقصص الحساس للعمل والدافع للإنجاز ، ويصاحب كل هذا أرق واضطراب فى نوم المريض .

ويصيب الاكتئاب العصائى الفرد بعد فقدده لشخص أو شئ عزيز عليه أو تعرضه لموقف يستدعى الحزن ، ولا تخف حدة الحزن بمرور الوقت - مثل ما يحدث مع الأسوياء - ولكن يستمر فى شدته أو يتزايد .

#### ٩ - العصاب الصدمى ( Traumatic Neurosis ) .

يتعرض الإنسان فى حياته اليومية لمواقف ومثيرات مختلفة

القوة ، ولكنه عادة يستطيع السيطرة عليها والاستجابة لها دون أن يتعرض لخطر أو ضرر . ولكن هناك بعض الأشخاص الذين يتعرضون لمواقف أو منبهات بالغة الشدة أو الخطورة بحيث لا يمكنهم السيطرة عليها أو منع ضررها ، مثل ما يحدث في مواقف الانفجارات والغارات الجوية وحوادث وسائل النقل . وتسمى مثل هذه المواقف بـ « الصدمات » ، وينتج عن بعضها أمراض نفسية تسمى بـ « العصاب الصدمي » أو « عصاب الصدمة » مثل « عصاب الحرب » ( War Neurosis ) \*

#### ١٠ - العصاب الخلطي ( Mixed Neurosis )

وهو يجمع بين أعراض مميزة لأكثر من مرض عصابي مثل الهستيريا والوسواس والحواز ، كالمريض المصاب بشلل هستيري في إحدى ذراعيه وتراوده باستمرار فكرة أن اللصوص سوف يهاجمونه في منزله ، ولذا فهو يقوم عشرات المرات من نومه ليلا ليستوثق من اغلاق جميع المنافذ بمنزله .

\* \* \*

#### ثانيا - الأمراض / الاضطرابات الذهانية ( Psychoses ) :

تضم فئة الأمراض الذهانية مجموعة من الأمراض والاضطرابات النفسية الشديدة ذات التأثير الكبير على الشخصية . فهي تقعد الفرد عن العمل والانتاج ، وتقف حجر عثرة في طريق توافقه مع من حوله ، وفي كثير من الحالات يصبح المريض خطيرا على نفسه وعلى الآخرين ، مما يلزم بوضعه تحت الرعاية المستمرة بأحدى المستشفيات . وعادة يكون ادراك المريض للواقع مضطربا ، وهكذا قد يدرك الذهاني أقرب الأشخاص اليه على أنه عدو لدود ينبغي أن يبادر بالقضاء عليه ، أو قد يرى نفسه على أنه مجرم يستحق الاعدام على ما اقترفه من جرائم ( وهمية لا علاقة لها بالواقع ) ، فيبادر الى تنفيذ حكم الاعدام في نفسه فينتحر . ولهذا نقول بأن الذهاني عادة خطير على نفسه

وعلى الآخرين ويحتاج الى احتياطات بالغة لحمايته وحماية الآخرين من أضراره • وعلى ذلك فان الجرائم التي يرتكبها الذهاني لا يعتبر مسئولا عنها جنائيا •

ان الذهاني يقابل الاصطلاح الدارج الشائع « الجنون » (Insanity) ، والذهاني لا يدرك أنه مريض أو شاذ ، ولذا فهو قلما يلجأ الى المعالج النفسى طلبا للعلاج ، بل انه يقاوم العلاج عندما يجبره أهله على التماس العلاج • ويقسم علماء العلاج النفسى الأمراض الذهانية الى نوعين :

- ( أ ) الأمراض الذهانية الوظيفية ( Functional Psychoses )
  - ( ب ) الأمراض الذهانية العضوية ( Organic Psychoses )
- وأشهر الأمراض الذهانية هي :

#### ١ - جنون الهذاء ( البرانويا ) ( Paranoia )

يعتبر جنون الهذاء من بين الهذاء الوظيفي • ويتميز بوجود « هذاء » ( أفكار ومعتقدات غير واقعية ) منظم وثابت مع احتفاظ الشخصية عادة بامكاناتها العقلية دون تدهور ناتج عن استمرار فترة المرض • ويلاحظ أن محور تصرفات المريض يدور حول هذا الهذاء الذي يعتنقه والذي لا يشك للحظة في صدقه وواقعيته • ويتخذ المريض من امكاناته العقلية التي لم تتدهور سندا لتبرير صدق معتقداته الهذائية والدعوة لتصديقها من الآخرين • وفي أغلب الحالات توجد لدى المريض « هلاوس » ( مدركات حسية بدون تنبيه خارجي ) سمعية وبصرية ، تؤيد هذائه وتساندها •

أما الأفكار الهذائية التي يعتنقها مريض الهذاء فهي كثيرة ، وان كان يمكن تصنيفها في فئات ثلاث شائعة هي :

- هذاء العظمة ( Delusion of Grandeur )
- هذاء الاضطهاد ( Delusion of Persecution )
- هذاء الغيرة ( Delusion of Jealousy )

ففى « هذاء العظمة » قد نجد المريض يعتقد أنه شخص عظيم ( نبي ، رسول ، قائد كبير ، ملك ، أغنى الأغنياء بما يملك ، الخ ) . وفى « هذاء الاضطهاد » قد يجد المريض أنه ملاحق ومراقب من هيئة أو منظمة أو شخص معين للاعتداء عليه أو التخلص منه غيرة وحسدا . وفى « هذاء الغيرة » قد نجد المريض يغار غيرة جنوئية على من يجب دون وجود مبرر منطقى أو واقعى لهذه الغيرة ، وفى مثل هذه الحالة قد يصل الأمر الى حد قتل غريمه أو حبيبه اذا سنحت له الفرصة .

## ٢ - الاكتئاب ( Depression )

يعتبر « الاكتئاب » عادة من الذهان الوظيفى ، وهو حالة من الاضطراب النفسى تبدو أكثر ما تكون وضوحا فى الجانب الانفعالى للشخصية ، حيث يتميز بالحزن الشديد واليأس من الحياة ووخز الضمير وتبكيته على شرو لم يرتكبها الشخص فى الغالب ، ولكنها متوهمة الى حد بعيد . وغالبا ما يصاحب حالات الاكتئاب هذات وهلاوس تساندها وتدعمها . ومن هنا كان احتمال اقتحار المريض كبيرا حتى يتخلص من حياته المملوءة بالهم واليأس والحزن والقلق والمخاوف التى قد تجعله قليل النوم ، بطىء الحركة ، رافضا للطعام . وبالتالى يصاب جسمه بهزال شديد فى العادة .

## ٣ - الهوس ( Mania ) :

يعتبر « الهوس » من الذهان الوظيفى - شأنه شأن الاكتئاب - وهو حالة مرضية تبدو أوضح ما تكون فى الحالة الانفعالية للشخص . ومن أهم أعراض الهوس ما يأتى :

( أ ) الشعور بالنشاط والخفة والبهجة والرضا عن الذات .

( ب ) السرعة والتعجل فى كل العمليات العقلية ، وصرف الانتباه وتحوله بسرعة شديدة .

(ج) التعرض لأفكار هذائية تدور حول امتياز المريض وعظمته ،  
وميل المريض لالقاء النكت والاكثار من الضحك .

وهكذا يتضح لنا أن حالة الهوس تناقض تماما حالة الاكتئاب  
فى أعراضها . وكثيرا ما تتعاقب حالتا الاكتئاب والهوس على المريض  
الواحد بشكل نوبات قد تفصل بينها فترة شفاء وقتى ، وتسمى حينئذ  
بـ « الجنون الدورى » ( Circular Insanity of Psychosis ) .

#### ٤ - الفصام ( Schizophrenia )

لحالات الفصام طائفة من الخصائص المميزة ، والعرض البارز فيها  
هو البلادة الانفعالية . فالمريض هنا لا يكثرث للحوادث التى تهز مشاعر  
الانسان السوى ، ولا يهتم بأصدقائه أو أسرته أو عمله ، كما  
يهمل فى مظهره ونظافته . ويظهر على المفصومين عرض التفكك بدرجة  
كبيرة تستوقف الانتباه ، فيضحكون دون وجود باعث على الضحك ،  
كما أنهم لا يبدون أى افعال حين تدعو الظروف الى ذلك . وتشير  
معظم الآراء العلمية الى أن « الفصام » اضطراب عقلى ، وتشير  
البحوث الحديثة الى احتمال ارتباط هذا المرض - وأعراضه العقلية -  
ببعض النقص التكوينى . وأهم أعراضه عامة هى : الانسحاب من  
الواقع ، والأوهام والهلاوس والهذات الاضطهادية وغيرها . ويتكون  
لدى المريض اضطرابات فى الادراك ، ويعيش فى عالم خيالى ولكنه  
بتوافق معه بسهولة .

وينقسم الفصام الى أقسام فرعية هى : (١) البسيط ( Simple )  
ويختص بأعراض البعد والانسحاب من الواقع . (٢) الهذائى Paranoid  
وتتضح فيه أعراض الهذاء المختلفة كالشعور بالاضطهاد أو العظمة .  
(٣) الكاتاتونى ( Catatonic ) وأكثر أعراضه وضوحا هى التعبيرات  
العضوية السالبة والموجبة الشاذة . ومن هنا فافتنا نجد بعض علماء  
النفس يضعون عنوانا للفصام ( Schizophrenia / Split of Mind )

« الفصام / أو العقل الممزق » ، اشارة الى أن هذا المرض يمزق العقل ويصيب الشخصية بالتصدع ، فتفقد بذلك التكامل والتناسق الذى كان يوائم بين جوانبها الفكرية والانفعالية والحركية والادراكية ، وكأن كل جانب منها أصبح فى واد منفصل عن بقية الجوانب ، ومن هنا تبدو غرابة الشخصية وشذوذها .

#### ٥ - خبل الشيخوخة ( Senile Dementia ) :

« خبل الشيخوخة » أو « جنون الشيخوخة » ( Senile Insanity ) أو « ذهان الشيخوخة » ( Senile Psychosis ) هو اضطراب عقلى يصيب الشخصية نتيجة تقدمها فى السن . وهو يظهر تقريبا فى سن الستين ، كنتيجة لتدهور عقلى ناجم عن كبر السن . ومن أعراضه : نقص الذاكرة خاصة للأحداث القريبة ، والنقص العقلى وخاصة فى القدرة على التركيز ، والأناية ، ونقص الاهتمام بالأحداث الجارية ، وسرعة الغضب والتقلب الانفعالى .

وعن خبل الشيخوخة ذكر « لورانس شافر »<sup>(١)</sup> أنه كثيرا ما يؤدي سوء تغذية المخ فى الشيخوخة الى تغيرات فى السلوك ، وخاصة تعطيل الوظائف الذهنية ، وكثير من هذه الحالات يضاعفها تصلب شرايين الدماغ ، أما الأعراض الذهنية فانها تظهر تدريجيا . وإذا كان كثير من المرضى بخبل الشيخوخة قانعين وراضين بحياتهم فان غيرهم يظهر من السلوك ما يجعل الحياة معهم متعذرة . فبعضهم يصبح سريع التهيج وينزع الى الشجار ، والأرجح أن هذا استجابة لعجزهم عن القيام بعمل ما يلزمهم فى حياتهم اليومية .

#### ٦ - الصرع ( Epilepsy ) :

اسم يطلق على مجموعة من الأمراض العصبية مظهرها الأساسى

(١) لورانس شافر : « علم النفس المرضى » ، فى ميادين علم النفس ، ج ١ - أشرف على تأليفه جيلفورد ، وعلى ترجمته يوسف مراد ( القاهرة : دار المعارف ، ١٩٥٥ ) ص ٤١١ - ٤١٢

هو « التشنج » ( Convulsion ) ، وهى نوبات مختلفة الشدة والتكرار . وهو اضطراب فى الجهاز العصبى يتضح ويظهر فى شكل نوبات تقع المريض على فترات غير منتظمة ، حيث يسقط المريض على الأرض مصحوبا بتقلصات عضلية وفاقدا وعيه مع وجود زبد ( رغوة ) على فمه .

ويذكر بعض علماء النفس أن الصرع اضطراب خطير له أساس عضوى فى الغالب . والعلامة المميزة للصرع نوبة تشنجية ، وقبل حدوثها تظهر علامات تمهيدية على المريض فى شكل أصوات ذاتية أو لحظات من الغثيان . وتبدأ النوبة الحقيقية حين يصبح المريض متصلبا ويسقط فاقد الشعور ، وبعد بضع ثوان تبدأ التشنجات كما يظهر زبد اللعاب من حركات الفم ، وقد يعض اللسان . وتستغرق النوبة عادة دقائق قليلة ، يظل المريض فاقدًا للشعور بعدها فترة من الزمن ، بينما يكون جسمه فى حالة استرخاء .

وقد أمكن إيضاح الأساس العضوى للصرع فى السنوات الأخيرة من خلال الرسم الكهربائى للدماغ ، الذى يساعد فى تشخيص الصرع من حيث نوعه وشدة . ولا يوجد علاج شاف مؤكد للصرع ، ولكن أمكن مساعدة بعض الحالات بجراحات المخ وأخرى بالعقاقير وتنظيم الغذاء للمريض .

\* \* \*

#### ثالثا - الاضطرابات السيكوباتية

• ( Psychopathy )

تمثل « السيكوباتية » ذلك السلوك الذى يعتبر مضادا للمجتمع وخارجا عن قيمه ومعاييره ومبادئه وقوانينه . ولذلك فانها تشمل انحرافات السلوك والأخلاق ، ويطلق عليها فى كثير من الأحيان « الانحراف السيكوباتى » .

وقد عرض « صبرى جرجس »<sup>(١)</sup> بعض التصنيفات والنماذج

---

(١) صبرى جرجس : مشكلة السلوك السيكوباتى ، ( القاهرة : دار المعارف ، ١٩٥٧ ) ص ٣٠٣ - ٣٠٤

الخاصة بالشخصية السيكوباتية ، كما يراها بعض العلماء الذين  
تصدوا لتصنيفات الأمراض النفسية ، وتضمنت النماذج الآتية :

- ١ - المجرمون •
- ٢ - المتقلبون افعاليا •
- ٣ - غير الأكفاء •
- ٤ - أشباه البارافوين •
- ٥ - مدمنو الخمر والمخدرات •
- ٦ - الأفاكون •
- ٧ - النصابون •
- ٨ - المصابون بجنون السرقة •
- ٩ - المصابون بجنون اشعال الحرائق •
- ١٠ - المنحلون خلقيا •
- ١١ - المنحرفون جنسيا •
- ١٢ - أشباه المتدمرين •
- ١٣ - مدعو المرض ( المتمارضون ) •

وقد عرض مقال عن « التشخيص المقارن للحالات السيكوباتية »<sup>(١)</sup>  
والتي يرى أن أهم سماتها هي :

- ١ - يجب أن تظهر نزعاتهم منذ سن مبكرة في صورة أعمال  
مضادة للخلق أو في شكل عناد لسلطة الكبار •
- ٢ - السيكوباتيين غير قابلين للشفاء ، وهم يقومون بأعمالهم  
المضادة للمجتمع بالحاح • ولا يستجيبون للعقاب أو التعلم أو العلاج •  
ويرى البعض أن بعض الحالات تتحسن بتقدم العمر •
- ٣ - يرتكب السيكوباتيون أعمالهم دون خجل ، وفي بعض الأحيان

---

(١) محمد عبد الحليم : « التشخيص المقارن للحالات السيكوباتية »  
مجلة علم النفس ، مجلد ٤ ، عدد ٣ ، ١٩٤٩ ، ص ٣٢١ - ٣٢٨



علانية • وهم يستخفون بالأمور ولا يتحمسون لشيء • يعوزهم بعد النظر وعمق الانفعال •

٤ - لا ينتفعون من الخبرة السابقة ، ويعيشون فى ملذات الحاضر ولا يعبأون بالنتائج التى يتعرضون لها من أعمالهم •

٥ - وهم يرتكبون جميع أنواع الجرائم • فهم يسرقون ويكذبون وينصبون وغير ذلك من الجرائم الصغيرة ، ولكنهم قد يرتكبون الجرائم الخطيرة • والجرائم السيكوباتية لا معنى لها ، فالكذب هنا لتبرير سلوكهم •

٦ - على الرغم من استمرار سلوكهم المضاد للمجتمع فانهم يبدون أمام الغرباء كقوم ظرفاء • والواقع أن عدم الاستقرار على حالة واحدة سمة ظاهرة فيهم • وسوء سلوكهم له صفة الادمان •

ويرجع بعض علماء النفس أسباب السيكوباتية الى أسباب وراثية شاذة وعوامل بيئية غير مناسبة تمثل أساسا فى أخطاء فى عملية التربية والتنشئة •

\* \* \*

#### رابعاً - الأمراض/الاضطرابات السيكوسوماتية

( Psychosomatics ) :

« لقد كان رأى الطبى يجمع على أن قرحة المعدة تنشأ من اختلال فحواه أن غشاء المعدة يتآكل بفعل عصيرها الحامض ، مثله فى ذلك مثل الطعام • ولكن الأسباب المؤدية الى هذا الاختلال الوظيفى بقيت غامضة ، حتى تلاحقت الأدلة فى السنوات الأخيرة تثبت تأثير الانفعالات النفسية فى وظائف المعدة ، وما تحدثه من اضطراب خطير قد يؤدى فى النهاية الى آفة القرحة »<sup>(١)</sup> •

(١) مصطفى زيور : فى التحليل النفسى « مختارات الاذاعة » .  
( القاهرة : دار الجمهورية ، بدون تاريخ ) ص ١٣٥ .

ويجدر بنا أن نذكر مشاهدات علماء الطب النفسى والعلاج النفسى لبعض الحالات الفريدة ، منها حالة تعتبر وثيقة ناطقة فى هذا الصدد . . .  
فقد أتيح للمشاهدين رؤية مريض حديث أجريت له عملية جراحية ( منذ أكثر من ثمانين سنة ) هيا الجراح بها فتحة خارجية فى المعدة أشبه ما تكون بفم معدى . فكان يمضغ طعامه ويصبه فى أنبوبة تدخل الى المعدة عن طريق هذه الفتحة . وقد استطاع الأخصائيان أن يراقبا خلال هذه الفتحة تأثير المنبهات المختلفة على غشاء المعدة المخاطى وعلى حركة جدرانها . فتبين أن كثيرا من الانفعالات مثل القلق النفسى والغضب - بنوع خاص - من شأنه أن يستثير حركة بالغة وافرازات حمضيا كبيرا ، وإذا دامت هذه التغيرات زمنا طويلا واشتدت فعلها ، ظهرت فى غشاء المعدة بقع من النزيف ومظاهر تقرح ، لا تلبث اذا طأ الأمد أن تتحول الى قرحات حقة ، حتى اذا هدا الافراز ، وهبط الاحقان ، وقلت الحركة ، فان هذه القرحات لا تلبث أن تندمل « (١) » .

اتضح اذن أن الافراز المستمر فى المعدة ومنها لأحماضها يسبب - اذا ما أزم - قرحة المعدة ، وأن هذا الاستمرار رهن بانفعالات واستثارات نفسية . . . بقى أن نعرف ما طبيعة هذه الانفعالات وما مصدرها وكيف تؤدي الى هذه النتائج الخطيرة ؟ . . . تدلنا الملاحظة على انتشار قرحة المعدة لدى الطموحين من رجال الأعمال ، ويدل سلوك المرضى بأفة القرحة على أنهم ينزعون فى غير هودة الى مواجهة العقبات ومغالبتها ، فنرى المريض وكأنه يوعز الى نفسه : « انتى رجل المقدره والنشاط والانتاج ، وانتى أهل للمنع وتقديم العون للآخرين وتحمل التبعات ، أحرص على أن يعتمد على الآخرون وأن أكون الزعيم المقتدر ، لا يعوزنى شىء ولا أسأل أحدا . . » ولكن التحليل النفسى يكشف عما يخفيه هذا السلوك الظاهرى من ميول

---

(١) مصطفى زيور : « فصول فى الطب السيکوسوماتى - ٢ »

دقيقة هي نقيض هذا السلوك . . . ميول قوية الى أن يكونوا موضع الحب والعطف والرعاية ، ورغبة ملحة في تلقي العون والتواكل ( الاعتماد على الآخرين ) . كما يدل التحليل على أن هؤلاء المرضى ينكرون على أنفسهم هذه الميول الدفينة فيكتمونها في أعماقهم ، ويقوم بشأنها صراع نفسي عنيف خفي . . يبدو اذن أن ما يميز هؤلاء المرضى هو التنكر لما يراودهم من حاجة الى التماس الحب والركون الى الغير . . فعوضا عن أن يتلقوا من الغير نراهم يبذلون العطاء ، وعوضا عن الاعتماد على الآخرين نراهم يجهدون في سبيل الاستقلال والاكتفاء الذاتي . ولكن هذا التنكر لميولهم الدفينة ، وهذا السلوك المضاد لما يتلففون عليه في قرارة أنفسهم يضاعف من الحاح هذه الميول ويزيد من ظئهم الى أن يكونوا موضع العناية والرعاية والحب . أما الدافع الى تنكر هؤلاء المرضى لميولهم ، فهو ما يشعرون بما تنطوي عليه من عودة الى مرحلة الطفولة ، حين كان الطفل يعتمد على أبويه ويتلقى الحب والعون منهما . وغنى عن البيان أن هذه صفات لا تلائم الشخصية الناضجة ، اذن لا بد لهم من نبذها . وليس من العسير أن تتبين العلاقة بين ما يدور من صراع في نفوس هؤلاء المرضى وبين اختلال وظائف المعدة لديهم . . ذلك بأن الميل الى تلقي الحب والعون يرتبط ارتباطا وثيقا بعمليات التغذية منذ الطفولة المبكرة ، حيث كان الطفل يتلقى الحب والرعاية والحنان والعطف مع لبن الأم وفي أحضانها . يقرن اذن تناول الطعام بتلقي الحب منذ فجر الحياة ، بحيث يصبح استقبال الطعام رمزا وبشيرا بقدوم الحب ، ويصبح الجوع دعاء وطلب للطعام والحب معا . وعندما توصل سبل التنفيس دون التماس الحب ، فان الحرمان الذي يفرضه هؤلاء المرضى على أنفسهم لا يلبث أن يستثير وظائف التغذية ، فتتشط المعدة الى الحركة والى افراز عصائرها كأنها تتأهب لاستقبال الطعام . وكلما كان التنكر لهذه الميول عظيما كان الحاحها شديدا ، وكان بديلها الفسيولوجي - أى نشاط المعدة وافرازها - كبيرا . ولكن افراز

المعدة فى هذه الظروف ليس طبيعيا لأنه غير مقترن بتناول الطعام ، بحث أن تدفق العصير المعدى الحامضى مع خلوها من الطعام لا بد أن يؤدى الى اضطراب مزمن قد ينتهى الى تآكل غشاء المعدة وتكوين القرحة (١) .

لقد أوردنا هذا الشرح المفصل لمرض « قرحة المعدة » ليكون نموذجا للأمراض السيكوسوماتية . وفى هذا ما يقنعنا بوحدة الإنسان جسما ونفسا وتبادلها التأثير فى كل دينامى متكامل يعيش فى بيئة اجتماعية يتأثر بها كما يؤثر فيها .

\* \* \*

### أساليب التوافق غير السوى (٢)

يمكن أن نصنف الأساليب غير السوية للتوافق الى أربعة أنواع :

١ - أساليب هجومية : وهى تلك الأساليب التى تتخذ شكلا مضادا للمجتمع ، أى التى يكون اتجاهها الى الخارج وليس نحو الذات . وهذه الأساليب ، وان كانت تتضمن الدخول فى التفاعل مع الجماعة ، تتم بشكل لا تكاملى أى فى غير مصلحة الجماعة . ويتم هذا النوع من الدفاع عن « طريق الهجوم على الآخرين » .

٢ - أساليب انسحابية : وهى تتضمن الهروب أو الانسحاب من المواقف التى تثير الصراع . والصفة المميزة لهذه الأساليب أنها تنطوى على قصور واضح فى التفاعل أو النشاط الاجتماعى ، سواء عن طريق الانزواء السلبي أو الرفض الإيجابى للتعاون ، كما أنها تكون مصحوبة غالبا بالتعويض عن طريق « الانسحاب بعيدا عن الآخرين » .

٣ - أساليب استعطفية : وتتضمن جميع الوسائل التى يظهر فيها

---

(١) مصطفى زبور : فى التحليل النفسى ( مرجع سابق ) ص ٣٦ - ٣٨

(٢) سيد عبد الحميد مرسى : الشخصية السوية « سلسلة دراسات

نفسية اسلامية - ٤ » ( القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨٥ ) ص ١٥٣ - ١٦٤

الخوف أو المرض أو الأوجاع الجسمية بشكل واضح • ويسمى هذا النوع بـ « الدفاع عن طريق الالتجاء الى الناس » •

٤ - **القلق المرضى** : اذا لم يجد الفرد أى مخرج له من مشكلاته أو التخلص من قلقه بالطرق سالفة الذكر ، فإنه يظل يعاني القلق والاضطراب والانهك والعصبية •

وهذه الأساليب الدفاعية ليست مستقلة بعضها عن البعض الآخر بشكل واضح محدد ، بل انها قد تصبح أحيانا متداخلة أشد التداخل • وفيما يلي مناقشة مختصرة لأساليب التوافق غير السوى •

**اولا - الأساليب الهجومية :** وتشمل ما يأتى :

١ - **التعويض الزائد** ( Excessive Compensation ) :

ينتج عن محاولة التغلب على الفشل أحيانا نتائج ضارة أو غير مرغوب فيها اجتماعيا •• فمثلا قد لا يتجه الطالب غير الموفق فى دراسته نحو الوجهة السوية ، فنجده يقوم بمحاولات يائسة لتأكيد ذاته تعويضاً لما يشعر به من نقص • وقد تتضمن هذه المحاولات نشاطا غير مرغوب اجتماعيا دون أن يحقق الفرد ما يريد من اشباع ، ودون أن يتغلب على ما يعانى به من احباط •• فهو قد يتعالى على اخوانه فى المدرسة ، وقد يحاول أن يلفت اليه الأنظار فى المجالس بكثرة الحديث أو التحدث بصوت عال أو المعارضة لمجرد لفت الأنظار ، أو يزهو ويتباهى بأعمال لا تخصه وينسبها لنفسه •

ونلاحظ التعويض الزائد فى سلوك الأطفال بشكل واضح •• فالطفل الذى يثير الشغب أو يكثر من العدوان على أقرانه أو اخوته الأصغر سنا ، قد يخفى سلوكه هذا شعورا قويا بالقصور فى قدرته البدنية أو بالخوف من مواجهة مواقف التنافس مع زملائه • ويلاحظ التعويض عند الكبار فى حالة القصور البدنى بشكل واضح أحيانا •• فقد يلاحظ فى سلوك قصير القامة أنه يسيل الى

اثبات ذاته دائما ، فيلجأ الى اتخاذ مواقف جديّة في حياته بشكل عام ، أو قد يتحدث بصوت عال ، أو قد يكتسب القدرة على الهجوم عن طريق اللغة ، فنراه حاضر البديهة له تهكمات وتعليقات لاذعة •

## ٢ - التبرير ( Rationalization ) :

التبرير بالنسبة للتفكير كالتعويض بالنسبة للسلوك ، ويتمثل كثيرا في الأسباب التي يعطى بها الفرد فشله في أغلب الأحيان •• مثال ذلك الطالب الذي يرسب في الامتحان ويبرر ذلك بأن الامتحان كان صعبا أو لضيق الوقت أو لسوء حظه • وقد يبرر البعض عدم القدرة على تحقيق هدف معين بأن ذلك الهدف لم يكن في الواقع خيرا بالنسبة لهم • وقد يبرر الرئيس قسوته في معاملة رؤوسيه بأنه يفعل ذلك كي يكونوا عبرة لزملائهم • وقد يبرر الأب سيطرته على أبنائه بأنهم لا يعرفون مصلحتهم مهما بلغوا من السن أو التعليم أو الخبرة • وقد يظهر التبرير بصورة أخرى ، وهي صورة الشخص الذي يتطوع لاسداء النصيحة للآخرين ، الذين يريد هو في الواقع أن ينتقدهم ويحقر من شأنهم ويظهر سيطرته عليهم ، حتى يرضى ذاته ويشعر أنه أعلا منهم مركزا •

هذه كلها أمثلة للتبرير ، وهي تتضمن في مجموعها تسوينغ الأفعال وأسباب معقولة اجتماعيا ، في حين أن الدافع الحقيقي هو في الواقع دافع مكبوت غير مقبول تسبب في مواجهة الشخص لمواقف مؤلمة •

## ٣ - الإسقاط ( Projection ) :

إن الشخص الذي اعتاد أن ينال عقابا على العدوان قد يكون عن نفسه فكرة عامة بأنه مكروه أو غير مرغوب فيه من الآخرين أو منبوذ مما يثير قلقه ، كما أن استثارة أي رغبة له في العدوان تثير قلقه كذلك • ولكن الحياة مليئة بالمواقف التي تدعو الى المبادأة وتحمل المسؤولية واتخاذ خطوات تنفيذية قد يكون فيها مخالفة لآراء الآخرين ،

وهذه كلها تحمل معنى العدوان . لذلك فقد يجد مثل هذا الشخص نفسه محبطا فى كثير من هذه المواقف لأنه لا يستطيع أن يجد مخرجا لرغباته المكبوتة . لذلك فانه يتبع وسيلة « الاسقاط » لكى يخفف من حدة هذا القلق وهذا الشعور بالاحباط ، ولكى يشبع دوافعه المكبوتة من ناحية أخرى . فصور يسقط رغباته العدوانية مثلا على الآخرين ، وذلك بأن يتصور أن البعض يدبر له مكائد أو يدخل فى روعه أن الناس أعداء له ، وأنه لا يوجد فى العالم من يريد الخير لأحد .

#### ٤ - التقمص ( Identification ) :

هو أسلوب سلوكى يحاول به الفرد الوصول الى اشباع دوافعه عن طريق تصور نفسه فى مكان أفراد آخرين ، وهو بذلك يشاركهم ( فى مستوى التصور ) تحصيلهم الذى حرم منه . فيتصور نفسه فى موقف المحارب الشجاع أو فى مكان أبطال القصص التاريخية والأفلام السينمائية والمسرحيات ، التى تدور معظم أحداثها حول انتصارات هؤلاء الأبطال . وقد يذمن الشخص قراءة مثل هذه القصص أو مشاهدتها أو الحديث عنها . ومن خلال هذه العملية يستطيع أن يشبع دوافعه من ناحية ، ومن ناحية أخرى فان مثل هذه المواقف لا تثير عنده القلق بمثل ما تثيره مواقف العدوان المباشر .

وقد يتقمص الشخص فردا أو جماعة ، كما أن عملية التقمص قد تحدث فى مختلف مراحل العمر . فالطفل قد يتقمص شخصية والده أو معلمه لكى يشعر بالزهو والكبرياء والسيطرة التى حرم منها ، والشباب قد يتقمص فريقا بأكمله أو جمعية من الجمعيات أو بطلا أو سياسيا أو عظيما من العظماء .

#### ٥ - النقل ( Replacement ) :

قد يحل الصراع أيضا عن طريق اتخاذ كبش للفداء ، أى من خلال اتخاذ مواقف أو أشخاص أو أشياء تجدد فيها الدوافع المكبوتة

اشباعاً مع تلافى القلق المتعلق بهذه الدوافع • ويلاحظ هذا الأسلوب كثيراً في حياتنا اليومية • فالرئيس الذى يغضبه أحد مرؤوسيه قد ينقل عدوانه الى مرؤوس آخر ، والموظف الذى يغضبه رئيسه قد ينقل عدوانه الى فراش / ساعى المكتب أو الى أهل منزله كزوجته وأولاده • وكثيراً ما نلاحظ أن الشخص فى حالة غضبه قد يركل الكرسي بقدمه أو يضرب الحائط بيده أو يقذف بأحد الأواني على الأرض ، وذلك اذا كان المثير الأصلي للغضب شخصاً لا يمكن رد العدوان عليه •



### ثانياً - الأساليب الانسحابية :

يلاحظ فى المواقف السابقة أن الفرد يواجه المواقف مواجهة عدوانية الى حد ما ، كما كان سلوكه يتضمن المشاركة الاجتماعية • ولكن هناك نوعاً آخر من السلوك الدفاعى لا يدخل فيه الفرد فى علاقة ايجابية مع المجتمع على هذا النحو ، بل يتميز بالتقهقر والسلبية والانسحاب ، ولذا يسمى بـ « الأسلوب الانسحابى » • وفيما يلى نتعرض للأشكال المختلفة لهذا الأسلوب ••

#### ١ - الانعزال والانزواء / الانطواء ( Introversion )

قد تصبح المواقف الاجتماعية مثيرة للقلق عند الفرد ، ولذا نراه يلجأ الى الابتعاد عن المجتمع بقدر الامكان لكي يخفف من حدة القلق • فالمجتمع بالنسبة للشخص المنزوى / المنطوى ملئ بالعوامل المثيرة للاضطراب والتعاسة ، ولذا فانه يتجنب مصاحبة الناس ويؤثر الوحدة والانفراد فيما يقوم به من نشاط •• فنراه يميل الى ممارسة الألعاب الفردية ووسائل التسلية والترويح الفردية ، ويتجنب المواقف الاجتماعية حتى يتفادى الاختلاط بالآخرين •

والشخص الذى يتخذ هذا الأسلوب هو عادة ذلك الفرد الذى تكرر فشله فى المواقف الاجتماعية ، كما أنه لم ينجح فى الأساليب الايجابية التى حاول أن يستخدمها ليعيد التوافق بينه وبين المجتمع •



ويرجع ذلك فى كثير من الحالات الى القسوة والتعسف من جانب الوالدين وفرض التزامات على الأبناء تفوق طاقتهم ، وكذا تدعيم الآباء للسلوك الانعزالي لأبنائهم حيث ينظر اليه الآباء كسلوك هادى يدل على التهذيب والأدب . وان مثل هذا السلوك الانسحابى أشد خطراً فى الواقع من الأساليب الهجومية ، لأنه قلما يثير الانتباه ، مما يؤدى الى تجاهل حالات الانطواء حتى تتحول الى حالات أشد قد يتعذر أو يستحيل علاجها بسهولة .

## ٢ - التخيل وأحلام اليقظة ( Fantasy ) :

عبارة عن استجابات بديلة للاستجابات الواقعية ، فاذا لم يجد الشخص وسيلة لاشباع دوافعه فى الواقع فانه يستطيع أن يحقق اشباعاً جزئياً عن طريق التخيل وأحلام اليقظة . والشخص المنزوى ( الانطوائى ) يغرق نفسه عادة فى التخيل وأحلام اليقظة ، حيث انه يجد فى ذلك وسيلة للاشباع لا تحتاج الى المشاركة الفعلية فى أى نشاط اجتماعى قد يجد فيه ما يثير قلقه .

ومعنى ذلك أن التخيل يعتبر بالنسبة للشخص المنزوى وسيلة يستطيع من خلالها أن يحل صراعاته ، فيحصل على اشباع لدوافعه المكبوتة مع تفادى القلق المرتبط بهذه الدوافع . وليس من الضروري أن يكون التخيل مرضياً فى كل الحالات ، فإذن الكثيرين يلجأون الى أحلام اليقظة من آن لآخر ، ولكن الاستغراق فى أحلام اليقظة قد يصل بالشخص أحياناً الى الحد الذى يعوق حسن توافقه بشكل واقعى .

## ٢ - النكوص ( Regression ) :

هو حل آخر من حلول الصراع ، حيث يلجأ الشخص الى عادة سلوكية قديمة كان يجد اشباعاً عن طريقها فى الماضى ، وهذا ما يسمى بـ « النكوص » . ويعتبر النكوص أسلوباً انسحابياً لأن

الشخص يتقهقر الى مرحلة سابقة من مراحل النمو ليواجه صراعه بطريقة غير مباشرة •

ويظهر النكوص بشكل واضح عند الأطفال في مراحل للنمو المختلفة المبكرة • فالأطفال قد تعثرهم حالات النكوص في سن الثانية أو الثالثة اذا ما ولد طفل جديد أخذ يستحوذ على اهتمام الأبوين ، فنرى الطفل قد يجبو أو يمص أصابعه كما كان يفعل من قبل • ومن أمثلة النكوص عند الكبار « الحزن الى الوطن » (Home - Sickness) الذى يشعر به من يغادرون أوطانهم للدراسة بالخارج ويشعرون بعدم الأمن فى البيئة الجديدة •

\*\*\*

### ثالثا - الأساليب الاستعطفائية :

وهى تقع ضمن الأساليب السلوكية التى يطلق عليها اسم « العصاب » ( Neurosis ) • وأساليب السلوك العصائى ليست متشابهة ، بل تختلف فى أعراضها الى حد ما ، ولذا فقد جرت العادة على أن تحدد هذه الأساليب بأن يطلق عليها مسميات مختلفة تسهلا لعملية الوصف • ومن الأساليب الاستعطفائية الهستيريا ، والوسواس ، والتفهر ، والمخاوف المرضية / الفوبيا ، وقد سبق مناقشتها •

\*\*\*

### مظاهر سوء التوافق فى القرآن

#### اولا - الصراع النفسى :

تتضمن الشخصية الانسانية صفات الحيوان المتمثلة فى الحاجات البدنية التى يجب اشباعها من أجل حفظ الذات وبقاء النوع ، كما تتضمن أيضا صفات معنوية سامية تمثل فى التشوق الروحى الى الايمان بالله سبحانه وتعالى وعبادته وتسبيحه • وقد يحدث بين هذين الجانبين من شخصية الانسان صراع • فتجذبه أحيانا حاجاته وشهواته البدنية ، وتجذبه أحيانا أخرى حاجاته المعنوية وأمشواقه

الروحية ، ويشعر الإنسان بالصراع داخل نفسه بين هذين الجانبين من شخصيته . ويشير القرآن الكريم الى حالة الصراع بين هذين الجانبين - المادى والروحى - بقوله :

﴿ فَمَا مِنْ طَفًى . وَآثَرِ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا . فَاِنْ الْجَحِيمُ هِيَ الْمَاوَى .  
وَمَا مِنْ خَافٍ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى . فَاِنْ الْجَنَّةُ هِيَ الْمَاوَى ﴾  
( النازعات : ٣٧ - ٤١ )

ويشير القرآن الكريم أيضا الى هذا الصراع النفسى بين الجانبين المادى والروحى للإنسان فى وصفه لخروج قارون على قومه فى زينته ، مما جعل بعض الناس يتمنون أن يكون لهم ما لقارون من ثروة ، فيرد عليهم البعض الآخر بأن ما عند الله خير وأبقى . فقال تعالى :

﴿ فَخَرَجَ عَلَى قَوْمِهِ فِي زِينَتِهِ ، قَالَ الَّذِينَ يُرِيدُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا يَا لَيْتَ لَنَا مِثْلَ مَا أُوتِيَ قَارُونُ إِنَّهُ لَذُو حَظٍّ عَظِيمٍ . وَقَالَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ وَيَلَكُمْ ثَوَابُ اللَّهِ خَيْرٌ لِمَنْ آمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا ، وَلَا يُلَاقَاهَا إِلَّا الصَّابِرُونَ ﴾  
( القصص : ٧٩ - ٨٠ )

ولعل مشيئة الله تعالى قد اقتضت أن يكون أسلوب الإنسان فى حل هذا الصراع هو الاختبار الحقيقى للإنسان فى الحياة . فمن استطاع أن يوفق بين الجانبين المادى والروحى فى شخصيته ، وأن يحقق بينهما أكبر قدر مستطاع من التوازن ، فقد نجح فى هذا الاختبار واستحق أن يثاب على ذلك بالسعادة فى الدنيا والآخرة . وأما من انساق وراء شهواته البدنية وأغفل المطالب الروحية فقد فشل فى هذا الاختبار ، واستحق أن يجازى على ذلك بالشقاء فى الدنيا والآخرة . قال تعالى :

● ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ ، وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ ﴾  
( المنافقون : ٩ )

● ﴿ الذى خلق الموت والحياة ليبلوكم ايكم احسن عملا ﴾ .

( الملك : ٢ )

● ﴿ فذكر ان نفعت الذكرى . سيذكر من يخشى . ويتجنبها  
الاشقى . الذى يصلى النار الكبرى . ثم لا يموت فيها ولا يحيا .  
قد افلح من تزكى . وذكر اسم ربه فصلى . بل تؤثرون  
الحياة الدنيا . والآخرة خير وأبقى ﴾ .

( ١٧ - ٦ )

ولقد شاءت حكمة الخالق سبحانه أن يمد الانسان بجميع  
الامكانيات اللازمة لحل هذا الصراع ، بأن وهبه العقل ليميز به بين  
الخير والشر ، وبين الحق والباطل . كما أمده سبحانه بحرية الارادة  
ليستطيع أن يبت فى أمر هذا الصراع ، وأن يختار الطريق الذى يريده  
لحل هذا الصراع . فقال تعالى :

● ﴿ وهديناه النجدين ﴾ .

( البلد : ١٠ )

● ﴿ ونفس وما سواها . فאלهمها فجورها وتقواها .  
قد افلح من زكاها . وقد خاب من دساها ﴾ .

( الشمس : ٧ - ١٠ )

● ﴿ قد جاءكم بصائر من ربكم ، فمن ابصر فلنفسه ، ومن عمى  
فعليها ﴾ .

( الانعام : ١٠٤ )

● ﴿ من عمل صالحا فلنفسه ومن اساء فعليها ،  
وما ربك بظلام للعبيد ﴾ .

( فصلت : ٤٦ )

● ﴿ كل نفس بما كسبت رهينة ﴾ .

( المدثر : ٣٨ )

وحينما يختار الانسان الملذات الدنيوية ، وينساق وراء أهوائه  
وشهواته ، وينسى ربه واليوم الآخر ، أنما يصبح أشبه بالحيوان ،  
بل أضل ، لأنه لم يستخدم عقله الذى ميزه الله تعالى به على الحيوان .  
قال تعالى :

● « أرايت من اتخذ الهه هواه افانت تكون عليه  
وكيلا . ام تحسب ان اكثرهم يسمعون او يعقلون ، ان  
هم الا كالاتعام ، بل هم اضل سبيلا » .  
( الفرقان : ٤٣ - ٤٤ )

والانسان الذى يعيش هذا النوع من المعيشة يكون غير ناضج  
الشخصية ولا يهه الا اشباع حاجاته ورغباته ، ولم تقو ارادته بعد ،  
ولم يتعلم كيف يتحكم فى أهوائه وشهواته ، فيصبح خاضعا لتوجيه  
نفسه « الأماراة بالسوء » . قال تعالى :

● « وما أبرئ نفسي ، ان النفس لامارة بالسوء الا ما رحم  
ربى ، ان ربي غفور رحيم » . ( يوسف : ٥٣ )

وحينما يبلغ الانسان مرتبة أعلى من النضوج والكمال ، يبدأ  
ضميره فى الاستيقاظ ، فيشعر بالاستنكار من ضعف ارادته وانقياده  
لأهوائه وشهواته ، مما يوقعه فى الخطيئة ، فيشعر بالذنب ، ويلوم  
نفسه على ما فرط منها ، ويتجه الى الله تعالى تائبا مستغفرا ، ويصبح  
فى هذه الحالة تحت تأثير « النفس اللوامة » . قال تعالى :

● « لا أقسم بيوم القيامة . ولا أقسم بالنفس اللوامة » .  
( القيامة : ١ - ٢ )

واذا أخلص الانسان بعد ذلك فى توبته ، وتحكم تماما فى  
أهوائه وقام بتوجيهها الى تحقيق الاشباع بالطريقة التى حددتها  
الشريعة الاسلامية ، بما يحقق التوازن بين مطالبه البدنية والروحية ،  
فانه يصل الى أعلى مرتبة من النضوج والكمال . وهذه المرتبة هى  
التي تكون فيها نفس الانسان فى حالة اطمئنان وسكينة ، وينطبق  
عليها وصف « النفس المطمئنة » التى نزل فيها قوله تعالى :

● « يا ايتهما النفس المطمئنة . ارجى الى ربك راضية  
مرضية . فادخلى في عبادى . وادخلى جنتى » .  
( الفجر : ٢٧ - ٣٠ )

ويمكن أن تنصور المفاهيم الثلاثة للنفس وهى « النفس الأمارة  
بالسوء » ، و « النفس اللوامة » ، و « النفس المطمئنة » ، على أنها  
حالات تتصف بها شخصية الانسان فى مستويات مختلفة من النضج  
التي تمر بها ، أثناء صراعها الداخلى بين الجانبين المادى والروحى  
من طبيعة تكوينها . . فحينما تكون شخصية الانسان فى أدنى مستوياتها  
بحيث تسيطر عليها الأهواء والشهوات ، فانها تكون فى حالة  
« النفس الأمارة بالسوء » . وحينما تبلغ الشخصية أعلى مستويات  
النضج والكمال الانسانى - حيث يحدث التوازن التام بين المطالب  
البدنية والروحية - فانها تصبح فى حالة « النفس المطمئنة » . وبين  
هذين المستويين هناك مستوى آخر متوسط بينهما ، يحاسب فيه  
الانسان نفسه على ما يرتكب من أخطاء ، ويسعى جاهدا للامتناع  
عن ارتكاب ما يغضب الله من معاصى تسبب له تأنيب الضمير ، ويطلق  
على الشخصية فى هذا المستوى « النفس اللوامة » .

وتجدر الإشارة هنا الى أنه بعد نزول القرآن بنحو أربعة عشر  
قرفا ، جاءت مدرسة « التحليل النفسى » ( Psychoanalysis )  
بنظرية فى الشخصية ميزت فيها ثلاثة أقسام للنفس تحمل مفاهيم  
النفس الأمارة بالسوء ، والنفس اللوامة ، والنفس المطمئنة التي وردت  
بالقرآن الكريم . . فتذهب مدرسة التحليل النفسى الى أن للنفس ثلاثة  
أقسام هى : « الهو » ( Id ) و « الأنا » ( Ego ) و « الأنا الأعلى »  
( Super - Ego ) فـ « الهو » - فى رأى مدرسة التحليل النفسى  
يقصد به ذلك الجزء من النفس الذى يحوى الغرائز المنبعثة من البدن ،  
فهو يتبع « مبدأ اللذة » ويستهدف دائما الاشباع دون مراعاة  
الأخلاق أو القيم . فـ « الهو » - بهذا المعنى - يطابق مفهوم « النفس  
الأمارة بالسوء » .

و « الأنا الأعلى » هو ذلك الجزء من النفس الذى يتكون من التعاليم والتوجيهات التى يتلقاها الفرد من والديه ومعلميه ومن قيم الثقافة التى نشأ فيها . ويصبح « الأنا الأعلى » قوة نفسية داخلية تحاسب الفرد وتراقبه وتقدمه وتهدهد بالعقاب ، وهو ما يعرف عادة بـ « الضمير » . وترى مدرسة التحليل النفسى أن « الأنا الأعلى » يمثل كل الجوانب السامية فى الطبيعة الانسانية ، وبهذا المعنى فإنه يتفق الى حد ما مع مفهوم « النفس اللوامة » .

و « الأنا » هو ذلك الجزء من النفس الذى يقبض على زمام الرغبات الغريزية المنبعثة من « الهو » ويسيطر عليها ، فيسمح باشباع ما يشاء منها ، ويؤجل ما يرى تأخير ، ويكبت ما يرى ضرورة كبت ، مراعيًا « مبدأ الواقع » / العالم الخارجى ، بما يتضمنه ذلك من قوانين وقيم وأخلاق وتعاليم دينية . ويقوم « الأنا » - فى رأى مدرسة التحليل النفسى - بالتوفيق بين « الهو » والواقع / العالم الخارجى ، و « الأنا الأعلى » ، بحيث يسمح باشباع رغباته الغريزية فى الحدود التى يسمح بها الواقع ، ويحد من تطرف « الأنا الأعلى » بحيث لا يجعله يسرف فى النقد والتهديد بالعقاب دون مبرر . وإذا نجح « الأنا » فى عملية التوفيق أمكن أن يحقق للإنسان الاتزان والسواء . . وهنا نجد تشابها بين ما يحققه « الأنا » فى وظيفته من اتزان وسعادة وبين حالة « النفس المطمئنة » (١) .

\*\*\*

#### ثانيا - الحيل العقلية :

الحيل العقلية عبارة عن سلوك دفاعى يلجأ اليه الانسان لوقاية نفسه من الشعور بالقلق الذى قد ينتابه اذا ما عرفت دوافعه الحقيقية الكامنة فى نفسه ، والتى يحاول اخفاءها بالالتجاء الى الحيل العقلية .

(١) محمد عثمان نجاتى : القرآن وعلم النفس ( مرجع سابق )

ولقد كانت شخصية « المنافقين » تتميز بالشك والتردد ، وضعف الثقة بالنفس ، والخوف والرهبة من أن يعرفهم المسلمون فيطشون بهم . وقد دفعتهم طبيعة شخصيتهم هذه الى كثرة الالتجاء الى الحيل العقلية كسلوك دفاعى . وقد أشار القرآن الكريم الى ثلاثة أنواع من الحيل العقلية كان المنافقون يقومون بها هى : الاسقاط ، والتبرير ، وتكوين رد الفعل .

#### ١ - الاسقاط :

هو حيلة عقلية يقوم بها الفرد باسقاط مشاعره ودوافعه وعيوبه على الآخرين ، فيدركها فيهم بدلا من أن يدركها فى نفسه . . . ولقد كان المنافقون يضمنون العداة للمسلمين ، ويخفون حقدهم عليهم وكراهيتهم لهم ، وكانوا يسقطون شعورهم العدائى على المسلمين فيظنون أن المسلمين يريدون البطش بهم . ولقد صور القرآن الكريم ذلك أصدق تصوير فى وصف المنافقين الذين كانوا يحسبون كل صيحة يسعونها تصدر عن المسلمين ضدهم . قال تعالى :

﴿ واذا رأيتهم تعجبك أجسامهم ، وان يقولوا تسمع لقولهم ، كأنهم خشب مسندة ، يحسبون كل صيحة عليهم ، هم العدو فاحذرهم ، قاتلهم الله ، أنى يؤفكون ﴾ .  
( المنافقون : ٤ )

#### ٢ - التبرير :

هو حيلة عقلية دفاعية يحاول بها الشخص تبرير دوافعه وأفعاله غير المقبولة بأن يعطى لها تفسيرا مقبولا . وقد كان الكافرون والمنافقون يلجأون الى التبرير فى كثير من الأحيان لتفسير السلوك تفسيرا يبدو مقبولا . . . فاذا أفسدوا فى الأرض قالوا انهم يقصدون الإصلاح ، وهم بذلك انما يقومون بتبرير أفعالهم تبريرات تبدو



مقبولة ومعقولة • وقد وصف القرآن الكريم التبرير الذى كان يقوم به المنافقون بقوله :

﴿ واذا قيل لهم لا تفسدوا فى الأرض قالوا إنما نحن مصلحون • إلا أنهم هم المفسدون ولكن لا يشعرون ﴾ •  
( البقرة : ١١ - ١٢ )

وحينما يقوم الانسان بالتبرير فهو لا يكون مدركا بأنه يقوم بعملية تبرير ، بل يعتقد فعلا أن ما يقوم به من أعمال سيئة إنما هى أعمال حسنة ومفيدة ، أو أنه يقصد منها الخير والاصلاح •

### ٣ - تكوين رد الفعل :

ان تكوين رد الفعل حيلة دفاعية يتخذ فيها الفرد سلوكا يكون مضادا لسلوك آخر يريد اخفاه •• فالفرد - مثلا - قد يبدى كثيرا من الأدب والمجاملة والاهتمام فى معاملة شخص معين كوسيلة دفاعية يخفى بها كراهيته له وشعوره العدائى نحوه •• وقد كان المنافقون يلجأون الى هذه الحيلة العقلية الدفاعية لاختفاء حقيقة شعورهم بالكراهية والعداء للمسلمين • فكانوا يحسنون الكلام معهم ، ويظهرون اعجابهم وتقديرهم لهم ، بقصد اخفاء ما تضرره نفوسهم من كراهية وعداء • قال تعالى :

﴿ ومن الناس من يعجبك قوله فى الحياة الدنيا ويشهد الله على ما فى قلبه وهو ألد الخصام • واذا تولى سعى فى الأرض ليفسد فيها ويهلك الحرث والنسل ، والله لا يحب الفساد ﴾ •  
( البقرة : ٢٠٤ - ٢٠٥ )

\*\*\*

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## الفصل الخامس

### خاتمة

- التوجيه والارشاد والعلاج النفسى لتحقيق التوافق .
- الحاجة الى الخدمات النفسية .
- مفهوم التوجيه والارشاد النفسى .
- الاسس والمبادئ التى يقوم عليها التوجيه والارشاد النفسى .
- العلاج النفسى .
- تصنيف حديث لنظريات الارشاد والعلاج النفسى .
- العلاج النفسى فى القرآن .



## التوجيه والارشاد والمعالج النفسى لتحقيق التوافق

### ● مقدمة :

تستهدف الخدمات النفسية خدمة الفرد عن طريق تطبيق المبادئ والقوانين النفسية والانسانية فى المجالات المختلفة • وتقوم هذه الخدمات على أساس مساعدة الفرد وخدمته فى الأسرة أو المدرسة أو المجتمع أو فى أى مجال آخر • وقد تكون الخدمة النفسية توجيهها تربوياً يستهدف تحقيق تكيف الطالب وتوافقه فى دراسته ، وقد تكون توجيهها مهنياً يقصد توافقه فى عمله ، وقد تكون ارشاداً نفسياً يرمى إلى تقبل الفرد لذاته وتوافقه مع الآخرين ومع بيئته ، وقد تكون الخدمة فى مجالات أخرى •

وترمى الخدمات النفسية الى المحافظة على كيان الفرد أو المجتمع سليماً قوياً نامياً • وتتجه هذه الخدمات الى الأفراد ، كما تتجه الى الجماعات ، وإلى المجتمع بأكمله • • وهى حين تتجه الى الفرد انما تحاول أن تحافظ على كيانه وذاته وشخصيته ، كما تعمل على أن تهيء له الظروف التى تؤدى الى نموه ونضجه وتوافقه فى المجالات المختلفة — الأسرة والدراسة والعمل والعلاقات الاجتماعية — وقد تركز على ناحية معينة كما فى التوجيه التربوى والمهنى ، كما قد تركز على توافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين كما فى الارشاد النفسى • وتستهدف جميع هذه الخدمات نمو الفرد فى مجالات الحياة المختلفة — الدراسية والمهنية والأسرية والاجتماعية — الى أقصى حد ممكن ، كما تعمل على

تهيئة الظروف التي تؤدي بالفرد الى اكتساب أساليب سلوكية من شأنها ان تحقق له الرضا والاشباع والسعادة .

وقد تتجه الخدمات النفسية الى الجماعات حين تستهدف تماسك الجماعة وازالة أسباب التوتر والصراع بين أفرادها . فالتوجيه الجمعي في مجالات التربية والتعليم والعمل والعلاقات الاجتماعية يرمى الى توجيه انجماعات الى أقصى ما تستطيع أن تحققه من نمو ، من حيث تنمية العلاقات القائمة بين أفرادها وازالة أسباب القلق ومعوقات الإنتاج وتحقيق التوافق والرضا والاشباع . وهي تستهدف توجيه الطلاب نحو الدراسة والحياة المهنية والاجتماعية الملائمة ، وتوجيه العاملين وأصحاب العمل نحو تحقيق الاشباع المهني والعمل على زيادة الإنتاج وتحسين مستواه والتقليل من تكاليفه ، وكذلك الخدمات النفسية العسكرية التي تقوم على خدمة المجهود الحربي عن طريق انتقاء المجندين وتوزيعهم على الأسلحة المختلفة التي تتفق مع قدراتهم وخبراتهم ثم رفع معنوياتهم وعلاج حالات الاضطراب النفسي أو سوء التوافق ، هذا بالإضافة الى الحرب النفسية الوقائية والهجومية والدفاعية .

\*\*\*

#### ● الحاجة الى الخدمات النفسية :

ظهرت الحاجة الى الخدمات النفسية بصورة واضحة نتيجة للتطور الذي تناول المجتمع فأدى الى اختلاف الظروف التي يعيش فيها الفرد وتعدد النظم الاجتماعية التي يخضع لها ونمو عمليات التنشئة الاجتماعية التي يمر بها حتى يصبح عضوا نافعا في الجماعة التي ينتمي اليها . وقد صاحب هذا بالضرورة تعدد الالتزامات والمطالب المفروضة على الفرد ، وتعدد أساليب اشباعها ، ثم تعدد وسائل التوافق التي يجب على الفرد أن يتعلمها ويتبعها . . . وسنشير الى بعض نواحي التطور التي طرأت على الأسرة والعمل والحياة الاجتماعية بصورة عامة .

## ١ - التغيرات التى طرأت على الأسرة :

ليس من الميسور حصر التغيرات التى طرأت على الأسرة على ميعصور ، فمن الملاحظ أن هذا التغير قد تناول تكوين ووظائف أفرادها وعلاقاتهم بعضهم ببعض الآخر . فلقد كانت الأسرة كبيرة تشمل الأبوين والأبناء والأحفاد وغيرهم . وكان رب الأسرة - بمساعدة أعضائها - يقدم للأسرة احتياجاتها ، وكانت تربية الأطفال وتوجيههم من النواحي التعليمية والمهنية والدينية والاجتماعية تقع على عاتق أفراد الأسرة أو عاتق أفراد يتصلون بالأسرة اتصالاً وثيقاً . وكانت أهداف التربية فى إطار الأسرة محدودة ، كما كان مجال الاختيار بالنسبة للطفل ضيقاً ، هذا بالإضافة الى أن قيم المجتمع كانت من البساطة والوضوح النسبى بحيث كان على الطفل أن يتبع أنماطاً معينة من السلوك لا يكاد يحد عنها .

وكان من تأثير التطور الذى طرأ على الأسرة أن يؤدى الى إبعاد أحد الأبوين أو كليهما - فى كثير من الأحيان - عن المنزل والأطفال . ولهذا نشأت الحاجة الى أن تقوم المدرسة أو غيرها من المؤسسات الاجتماعية بتوجيه الأطفال وإرشادهم فى مجالات الدراسة والسلوك الشخصى والاجتماعى . هذا بالإضافة الى أن الفروق التى تنشأ بين امكانات بعض الأسر من النواحي المادية والصحية والثقافية والاجتماعية ومطالب المجتمع الخارجى تؤدى الى مضاعفة عبء المدرسة وغيرها من المؤسسات الاجتماعية ، حتى لا ينشأ عن هذه الفروق ما يؤدى الى تخلف الأبناء أو انحرافهم أو تحديد نموهم فى المراحل المختلفة .

ولما كانت المدرسة بحكم امكاناتها فى وضع استراتيجى ممتاز فإنها أخذت على عاتقها كثيراً من المسئوليات التى كانت تقوم بها الأسرة ، بل انها تعلت ذلك الى أن تتولى أمر توجيه الأسرة وإعدادها للقيام ببعض وظائفها على أحسن وجه . والتوجيه التربوى والمهنى

والارشاد النفسى من الخدمات التى أخذت المدرسة على عاتقها أمر القيام بها ، وهى تقوم بها عن طريق المدرسين المؤهلين والأخصائيين فى مجالات التوجيه والارشاد النفسى والتربوى والمهنى .

## ٢ - التغيرات التى طرأت على العمل :

لا شك أن التغيرات التى طرأت على الحياة المهنية تعتبر من أبعد التغيرات أثراً فى حياة الإنسان . فالانتقال من الأعمال البدائية الى الصناعة المتقدمة المتطورة ، ومن قيام الفرد بجميع مراحل الانتاج الى تخصصه فى احدى المراحل الانتاجية أو فى احدى الخطوات التى تكون مرحلة من مراحل الانتاج ، فضلاً عن التطور الذى طرأ على المصنع وتنظيمه وعلاقات العمل . كل هذا أدى الى أن تنشأ مشكلات كثيرة ينبغى مواجهتها ، حتى لا تنتشر الأمراض الجسمية أو الاجتماعية أو المهنية أو النفسية بين العاملين ، وحتى لا يقل الانتاج أو ينخفض مستواه .

ويكفى أن نشير الى تعدد مجالات العمل وتباين مطالبها وأن على الفرد أن يختار من بينها أكثرها ملاءمة له ، وأن يعد نفسه للمجال الذى اختاره وأن يتوافق معه ، هذا فضلاً عن ضرورة حساب عوامل المنافسة والاحباط التى قد تعترضه نتيجة لزيادة الاقبال والتزاحم على بعض المهن دون غيرها بسبب ما تدره من أرباح أو لما تنسغه من مركز اجتماعى على شاغلها . وينبغى الإشارة الى التغير السريع الذى تناول التكوين المهنى للمجتمع ومطالبه وتأثيره على الفرد . هذا بالإضافة الى مطالب بعض المهن فى الوقت الحاضر سواء أكانت تتعلق ببعض المسؤوليات التى تضعها على عاتق العاملين أو السرعة والدقة التى تتطلبها من العامل فى انجاز العمل .

## ٢ - التغيرات التى طرأت على المجتمع بصورة عامة :

طرأت على المجتمع بصورة عامة تغيرات كبيرة للتطور التكنولوجى



الذى يمر به الانسان والمجتمع . فأسلوب الحياة التى يعيشها الفرد ، والعلاقات الانسانية السائدة بين الأفراد ، والنظم التى تعيش فيها الجماعة قد تغيرت تغيرا كبيرا . وقد نشأ عن التطور التكنولوجى السريع والتغير الثقافى والحضارى والاجتماعى - الذى يحاول أن يلاحق التطور التكنولوجى - كثير من المشكلات النفسية التى تحتاج الى دراسة وعلاج .

وان نظرة واحدة الى بعض وسائل الترفيه التجارية ، مثل الصور المتحركة ( السينما ) توضح لنا مدى المشكلات التى تنشأ عنها نتيجة لرغبة الأحداث والشباب فى مشاهدتها ثم التأثير بها وما ينشأ عن ذلك من بعض النتائج الضارة الناجمة عن الرغبة فى محاكاة ما يشاهدونه وتقليده دون توجيه أو رقابة .

وقد أدت الحياة الحديثة كذلك الى القاء أعباء نفسية انفعالية أو عقلية كبيرة على الأفراد . فقد أصبح العمل فى العصر الحديث أكثر تطلبا للمجهود النفسى والعقلى ، فى حين أن العمل فى العصور السابقة كان يقوم أساسا على المجهود الجسمى ، بينما تجد أن المجهود النفسى الانفعالى والعقلى يكلف الفرد الشئ الكثير من رضائه وسعادته (١) .

\* \* \*

### ● مفهوم التوجيه والارشاد النفسى :

« التوجيه » (٢) عملية انسانية تتضمن مجموعة من الخدمات التى تقدم للأفراد لمساعدتهم على فهم أنفسهم وإدراك المشكلات التى يعانون منها ، والالتفاف بقدراتهم وامكانياتهم ومواهبهم فى التغلب على المشكلات التى تواجهها ، بما يؤدي الى تحقيق التوافق وبين البيئة

(١) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى . القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ٦٠ - ٦٢  
(٢) Guidance.

التي يعيشون بها حتى يبلغوا أقصى ما يستطيعون الوصول اليه من نمو وتكامل في شخصياتهم .•• ويقوم التوجيه على أساس المبدأ الديمقراطي الذي ينادى بأن من حق كل فرد أن يختار الأسلوب الذي ينتهجه في حياته ، طالما أن هذا الاختيار لا يتدخل في حقوق الآخرين ولا يطفى عليهم .• ومن الضروري تنمية قدرات الفرد ومعاوقته على استغلالها في ادارة شئون حياته والتغلب على مشكلاته •• ومن الوظائف الأساسية للتربية اقامة الفرصة للفرد حتى ينمي قدراته ويستغلها لتحقيق التوافق للدراسة والبيئة التي يعيش فيها ، وعلى ذلك فالتوجيه جزء متكامل من التربية يتركز أساسا على هذه الوظيفة •• ولا يعمل التوجيه على اختيار أى طريق يسير فيه الفرد ، بل انه يساعد الفرد على أن يقوم بالاختيار بنفسه بالطريقة التي تساعد على تنمية قدراته بحيث يستطيع أن يتخذ القرار الملائم دون مساعدة من الآخرين •

ويقوم التوجيه على أساس وجود مكان في العالم لكل فرد ، في المجالات التعليمية والمهنية والاجتماعية • وهو يركز الى المبدأ القائل بأنه على الرغم من تشابه البشر في فواح شتى الا أنه يجب أن ننظر بعين الاعتبار الى الفروق الفردية التي تستلزم أن يقوم كل فرد بنشاطه في ناحية معينة تعتبر أنسب النواحي التي تتفق مع قدراته واستعداداته وميوله وشخصيته وخبراته ، ويستهدف التوجيه خدمة الفرد ومساعدته من خلال تطبيق مبادئ الخدمة النفسية • وقد تكون هذه الخدمة توجيهيا تربويا يرمى الى تحقيق توافق الطالب في دراسته ، وقد تكون توجيهيا مهنيا يعمل على توافقه لمهنته ، أو تكون ارشادا نفسيا يؤدي الى توافقه مع نفسه ومع غيره ومع بيئته •

ولا يعنى التوجيه اعطاء تعليمات أو توجيهات محددة للفرد ، أو املاء وجهة نظر معينة عليه ، كما لا يعنى التوجيه أن يحمل الموجه اعباء الفرد ومسئوليته ، ولكنه يستهدف تقديم العون والمساعدة •• ويقدم هذه المساعدة أخصائيون نفسانيون مؤهلون ومدربون الى شخص

آخر فى أية مرحلة من مراحل نموه ، بحيث تمكن الفرد من تدبير شئون حياته وتعديل أفكاره وقيمه واتجاهاته ، وتساعده على اتخاذ القرارات التى تلائمه وتناسب الموقف الذى يواجهه . وقد تقدم هذه المساعدة بطريقة مباشرة أو غير مباشرة ، كما قد تقدم لفرد واحد أو لمجموعة من الأفراد .

ومعنى ذلك أن التوجيه يتصل بجميع الجوانب الشخصية للفرد ، سواء أكانت عقلية أو انفعالية أو اجتماعية ، وعلى ذلك فهو يهتم باتجاهات الشخص وأنماطه السلوكية ، وتنشد مساعدته على تكامل أوجه نشاطه مستخدما طاقاته الأساسية والفرص المتاحة له فى بيئته . وقد تستهدف خدمات التوجيه مساعدة الفرد على تحقيق التوافق فى مجال خاص من النشاط كالتكيف للمنهج الدراسى مثلا . . فهذا التكيف يتطلب الاهتمام بعدة عوامل منها : صحة التلميذ ، وامكانياته العقلية ، واتجاهاته نحو الدراسة بوجه عام أو نحو ميدان خاص من ميادين التعلم ، ومقدار الوقت الذى يستطيع تخصيصه للدراسة ، وخطط التلميذ للمستقبل الدراسى والمهنى ، ومدى تعاون الأسرة لتحقيق الصحة النفسية للتلميذ . وهكذا نجد أن التوجيه عبارة عن مجموعة من الخدمات الفنية والمساعدات الخاصة ، من بينها أوجه النشاط التى تجعل البرنامج الدراسى أكثر فاعلية وجدوى فى مقابلة حاجات التلاميذ كأفراد وجماعات . ولذلك يرسم توجيه التلاميذ مجموعة من الخطط تستهدف ما يأتى :

١ - الكشف عن الحاجات الحقيقية لدى التلاميذ والمشكلات التى يتعرضون لها .

٢ - استخدام المعلومات المتجمعة عن التلاميذ لتطوير التعليم وتعديله بحيث يشبع الحاجات المختلفة للتلاميذ .

٣ - مساعدة التلاميذ على فهم أنفسهم فى مراحل النمو المختلفة ، والوصول بنمو كل تلميذ الى مستوى أفضل .

٤ - امداد التلاميذ بمجموعة من الخدمات مثل : التعريف بالبيئة المدرسية ، والمقابلة الفردية ، والارشاد النفسى ، والتوجيه الجمعى ، والتزود بالمعلومات فى شتى المجالات ومساعدتهم على وضع الأهداف الدراسية والمهنية المستقبلية ، ومعاونتهم على الالتحاق بالعمل الملائم بعد اتمام دراستهم ، ومتابعة الخريجين ، ودراسة حالات المتخلفين دراسيا .

٥ - تخطيط الأبحاث التى تستهدف تقويم برامج التوجيه والارشاد النفسى<sup>(١)</sup> .

نخلص مما تقدم بأن التوجيه هو المساعدة التى يقدمها شخص لآخر كى يستطيع أن يختار طريقا معينا ويتخذ قرارا خاصا يحقق له التوافق ويساعده على حل مشكلاته . ويستهدف التوجيه مساعدة الفرد على النمو والاستقلال فى حياته وتنمية قدراته على تحمل مسؤولياته الشخصية والاجتماعية . وهو خدمة تشمل شتى جوانب حياة الفرد ولا تقتصر على جانب معين من حياة الفرد . وهو يتوافر فى جميع مراحل الحياة ، فى المنزل والمدرسة والعمل والعلاقات الاجتماعية ، ويلحق الفرد فى شتى مراحل نموه من الطفولة حتى الشيخوخة .

أما عن « الارشاد النفسى »<sup>(٢)</sup> ، فهو تلك العملية التى تجرى بين فردين أحدهما قلق مضطرب بسبب بعض المشكلات الانفعالية التى لا يستطيع أن يتغلب عليها بمفرده ، والثانى أخصائى يستطيع بحكم اعداده المهني وخبرته الفنية السيكولوجية أن يقدم المساعدات التى تمكن الفرد من أن يصل الى حل لمشكلاته . ويركز الارشاد النفسى على المشكلات التى لم تصل بعد بالفرد الى حد الانحراف الذى يهتم به العلاج النفسى والتي تظهر فى الأمراض النفسية على اختلاف أنواعها .

(١) سيد عبد الحميد مرسى : دور المعلم فى التوجيه والارشاد بالمدرسة الثانوية . مكة المكرمة : المؤتمر الأول لاعداد المعلمين ، ١٣٩٤ هـ ، ص ٦

(٢) Counseling .

وإذا حللنا هذا التعريف بشيء من العمق نجد أن الهدف الأول للارشاد النفسى هو مساعدة الفرد الذى يطلب المساعدة كى يتغلب على المشكلات التى تواجهه أو أن يخفف منها بقدر الامكان . وفى هذا الصدد يتفق الارشاد النفسى من حيث الهدف مع التوجيه ، غير أن الارشاد النفسى بمعناه المحدود يختلف عن التوجيه فى أنه - أى الارشاد - أكثر تأكيداً للعملية التعليمية التى يجب أن يمر بها الفرد أثناء عملية الارشاد ، حيث يتم تنظيم الموقف الاستشارى بحيث يصبح موقفاً تعليمياً يؤدى بالفرد الى تنمية الاستبصار ، سواء أكان ذلك فيما يتعلق بدوافعه وأفكاره وقيمه أو فيما يختص بأنماط سلوكه وأساليب تعامله مع الآخرين أو مع نفسه . ويتفق الارشاد النفسى فى هذه الناحية مع العلاج النفسى .

وإذا ما تساءلنا عن الفرق بين التوجيه والارشاد النفسى نجد أن الفروق بينهما طفيفة ، وأن البعض ينكر هذه الفروق ويعتبر أن الارشاد النفسى نوع من التوجيه . ومن الممكن القول أن الفرق بينهما فرق فى المجال والدرجة التى يتناول بها كل منهما الفرد . فبينما يتسع المجال فى التوجيه بحيث يشمل التوجيه التربوى والمهنى والاجتماعى والتوجيه الجمعى ، نجد أن الارشاد النفسى يقتصر على النواحي المتعلقة بحياة الفرد الانفعالية والاجتماعية ، وهى الخبرات التى يمر بها الفرد عند تفاعله مع بيئته والتى تسبب له فى بعض الأحيان قلقاً واضطراباً واضحين . أما من حيث الدرجة فائناً نجد التوجيه - أثناء معالجة اتجاهات الفرد وقيمه ومشكلاته النفسية - لا يصل فى تعمقه وبحثه الى الدرجة التى يصل اليها الارشاد النفسى . ويرى البعض أن الارشاد النفسى خطوة من خطوات التوجيه التربوى أو المهنى ، ولكن الاستشارة أو الارشاد النفسى المقصود فى هذا المجال لا يتجاوز تخفيف حالات القلق والاضطراب النفسى البسيط لدى الفرد .

\*\*\*

## الأسس والمبادئ التي يقوم عليها التوجيه والارشاد النفسى

يستند التوجيه والارشاد النفسى الى مجموعة من الأسس والمبادئ والمسلمات ، تكون فى مجموعها فلسفة التوجيه والارشاد التى يجب أن يدركها المشتغلون بهذه العملية ، بحيث يمكن أن تصبح دستوراً فلسفياً ونفسياً واجتماعياً وفنياً وأخلاقياً للقائمين بخدمات التوجيه والارشاد النفسى<sup>(١)</sup> .

### أولاً - الأسس الفلسفية للتوجيه والارشاد :

١ - يستند التوجيه أساساً الى فلسفة ديمقراطية ، على أساس منح الحرية للفرد كى يستفيد من المعلومات ، ويختار من بين الفرص العديدة ، ويتخذ قراراته التى تمس حياته ومستقبله . ومعنى ذلك أن التوجيه لا يمنح للفرد ، وإنما ينمو ذاتياً لديه ، فهو يبدأ من الفرد ولل فرد وبالفرد . وهو فى ذلك لا يؤمن بفلسفة فردية متطرفة لا تضع المجتمع فى اعتبارها ، ولكنه يقدر الفرد مرتبطاً بالمجتمع ، أى أن الفرد ينبغى أن يشبع حاجاته ويحقق رغباته فى حدود ما يرسمه المجتمع والثقافة التى يعيش بها .

٢ - إذا كان الهدف من التوجيه والارشاد النفسى هو أن يحقق الفرد ذاته فى مختلف المجالات ، فإن ذلك يدعو الى القول بأن عملية التوجيه ليست اكراها أو أمراً أو وعظاً . وعلى ذلك يجب احترام حرية الفرد الذى يقدم له الموجه المساعدة بما يساعده على أن يتفهم حقيقة ذاته ويتعرف على إمكاناته ويكشف عن مواهبه ، كما يجب العمل على احترام حق الفرد فى تحديد أهدافه ووضع الخطة التى تحققها .

---

(١) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى . القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ٨٠ - ٨٥

٣ - يحتاج كل فرد الى مساعدة ما لحل مشكلاته المختلفة وفقاً لظروف حياته ، وله الحق فى طلب هذه المساعدة عندما يعترضه موقف لا يستطيع أن يواجهه بنجاح الا اذا توافرت له هذه المساعدة . ولا بد أن يشعر الفرد أولاً بحاجته الى المساعدة حتى تؤتى ثمارها ، كما لا بد أن يثق فى فعالية التوجيه وأنه يقدم له المساعدة اللازمة كي يتغلب على مشكلاته .

\* \* \*

### ثانياً - الأسس السيكولوجية لعملية التوجيه والارشاد :

تعتمد عمليات التوجيه والارشاد على مجموعة من المبادئ النفسية المشتقة من دراسة الطبيعة البشرية . ويمكن تلخيص هذه الأسس والمبادئ النفسية فى الآتى :

١ - على الرغم من تشابه البشر فى بعض النواحي ، الا أن هناك فروقا واضحة بين الأفراد سواء فى قدراتهم أو استعداداتهم أو ميولهم أو شخصياتهم ، كما يتباينون من حيث القوة الجسمية والصحة العامة .

٢ - يوجد فى داخل الفرد ذاته ألوان شتى من الاختلاف فى خصائصه الجسمية والعقلية والنفسية ، باعتبارها خصائص غير ثابتة . وهى فى نموها لا تسير بخطى متشابهة أو متوازية . فكمثيرا ما تسرع بعض الخصائص عن غيرها فى معدل النمو ، كتقدم النمو العقلى على النمو الاجتماعى مثلاً ، بالإضافة الى ما يطرأ على الفرد من تغيير عند انتقاله من مرحلة نمو الى مرحلة أخرى .

٣ - تؤثر جوانب الشخصية المختلفة بعضها على البعض الآخر ، ولذلك لا بد من مراعاة نمو الشخصية الانسانية نموا متكاملاً ، حيث تؤثر أبعادها المختلفة فى سلوك الفرد سواء أكان ظاهراً أو كامناً .

٤ - تنشأ لدى الفرد فى كل مرحلة من مراحل نموه العضوى

والنفسى كثير من الحاجات التى تتطلب الاشباع ، ولا بد أن يراعى  
فى اشباعها مستوى نضج الفرد والأصول الثقافية التى نشأ فيها ،  
وفى حدود القيم والاتجاهات السائدة فى بيئته •

٥ - تعتبر عملية التوجيه والارشاد النفسى عملية تعلم ، لأن  
الفرد يكتسب خلالها اتجاهات وعادات وقيم ومظاهر سلوكية جديدة ،  
ويغير من وجهة نظره نحو نفسه ونحو الناس والأشياء والمبادئ ،  
ويتعلم طرقا جديدة لمعالجة ما يواجهه من مشكلات ، ويتزود بالمعلومات  
اللازمة لمواجهة الظروف التى تواجهه ، وتتاح له فرص الاختيار وتحديد  
الأهداف ووضع الخطط ، وتتهيا له الظروف لتطبيق ما يتعلمه وتعميمه  
فى كثير من المواقف الجديدة على أساس من قوافين انتقال أثر  
التعلم •

\* \* \*

### ثالثا - الأسس التربوية والاجتماعية لعملية التوجيه :

تقوم عنلية التوجيه على عدة أسس ومبادئ تربوية واجتماعية  
يمكن أن نوجزها فيما يأتى :

١ - تختلف عملية التوجيه بمعناها السلوكى عن عملية التعليم  
بمعناها الضيق المحدود •• فبينما يهتم التعليم بالمواد الدراسية ،  
فجد عملية التوجيه تهتم باشباع حاجات التلاميذ التى تنشأ فى المجالات  
المختلفة للحياة وفى أبعاد النمو المختلفة • ومع ذلك فإن العمليتين  
تكمل كل منهما الأخرى ، حيث تساعد عملية التوجيه على جعل التعليم  
أكثر فاعلية ، وتنبه المنهج وطريقة التدريس الى العمل على تحقيق  
التوافق الفردى والاجتماعى لأفراد المجتمع المدرسى •

٢ - ان تنفيذ خدمات التوجيه من مسئولية الأخصائين المؤهلين  
المدرسين والمعين للقيام بها • ولسنا ننكر دور جميع المتصلين بالتلميذ  
فى الأسرة والمدرسة والمجتمع فى تقديم التسهيلات التى تجعل برنامج



التوجيه أكثر فعالية وفائدة • وهذا بدوره يتطلب تعاون الموجه مع المشرف الاجتماعى والطبيب والمدرسين ، بالإضافة الى التعاون مع الهيئات المتصلة بالمدرسة كمرعاية الشباب والصحة المدرسية والعيادات النفسية •

٣ - لا بد من الاهتمام بالتلميذ كعضو فى جماعة • فالى جانب الاهتمام به كفرد ، نجد أن خدمات التوجيه تهتم به أيضا باعتباره يعيش فى جماعات مختلفة كالأسرة والأصدقاء والمجتمع المحلى والقومى والعالمى • وعلى ذلك لا بد من تخطيط خدمات التوجيه الجمعى ، على أن يفهم الفرد دوره ومكانته فى الجماعات والمؤسسات التى ينتمى إليها • وتعتبر عملية التفاعل بين الفرد والمجتمع هذه هى المحور الأساسى لعملية التوجيه والارشاد النفسى •

٤ - لا بد من مشاركة الآباء وقادة المجتمع المحلى فى عملية التوجيه ، بحيث تؤدي هذه المشاركة الى تنسيق التعاون بين المدرسة - باعتبارها المؤسسة المسؤولة عن التربية الرسمية فى الدولة - وبين المؤسسات الاجتماعية الأخرى المسؤولة عن تربية الطفل بطريقة غير مباشرة •

\* \* \*

#### رابعاً - الأسس الفنية والأخلاقية لعملية التوجيه :

هناك بعض الأسس والمبادئ المشتقة من طبيعة عملية التوجيه والارشاد النفسى ، ومن المجال الذى يعمل فيه الموجه أو المرشد النفسى ، وتتلخص هذه الأسس فى الآتى :

١ - يجب على الموجه أن يبحث مشكلة الفرد من جميع زواياها وأن يستخدم كل ما لديه من وسائل وامكانيات لمساعدته على حلها •

٢ - على الموجه أن يكون مرناً فى اتباع الوسيلة التى تتفق مع

حاجات الفرد وصفاته وطبيعة المشكلات التي تواجهه ، مع مراعاة  
ألا يتعدى حدود اختصاصاته •

٣ - يجب على الموجه أن يحافظ على سر مهنته ، فلا يذيع أية  
معلومات تتعلق بعملائه إلا في إطار الاجتماعات المهنية مع الأخصائيين  
عندما تدعو الحاجة الى معوتهم •

٤ - ينبغي أن يبذل الموجه كل جهده لكي يزيد من فهم العميل  
لنفسه وللعالم الذي يعيش فيه •

٥ - ينبغي أن يكون القرار النهائي في أية عملية توجيه أو ارشاد  
نفسى صادرا عن العميل وبناء على اختياره الحر وعلى مسؤوليته • وليس  
معنى هذا أن يترك للعميل اتخاذ قرار ضد مصلحته ، ولكن المقصود  
هو أن يتدخل الموجه بالقدر المعقول حتى يبصر العميل بالأضرار التي  
قد يتعرض لها نتيجة لهذا القرار •

٦ - على الموجه أن يساعد العميل على تقبل ذاته كما هي على  
حقيقتها ، بمعنى أن يبصره بنواحي القوة ليدعمها وجوانب الضعف  
كي يتغلب عليها •

٧ - ينبغي أن تتغير طرق التوجيه وفقا لحاجات العميل • لذا  
يجب أن يكون الموجه متمكنا من الوسائل المختلفة المستخدمة في علاج  
المشكلات التي تعرض عليه •

٨ - ينبغي تحويل العميل الى الأخصائيين الآخرين اذا ما تطلب الأمر  
ذلك ، كما في حالة الشك في وجود مرض نفسى أو عضوى مثلا •

\* \* \*

### العلاج النفسى

ترجع نشأة « العلاج النفسى »<sup>(١)</sup> الى عهود سابقة بعيدة ، غير أن  
ازدهاره وانتشاره كان فى بداية القرن العشرين عندما ظهرت « نظرية

---

(١) Psychotherapy

التحليل النفسى « باعتبارها نظرية فى النفس البشرية وطريقة فى علاج الأمراض النفسية . وقد أشارت نظرية التحليل النفسى الى أهمية الدوافع اللاشعورية ، والى أن الأمراض النفسية ليست الا وسائل تكيف يقوم بها الفرد لمواجهة مواقف صعبة لا يمكنه أن يواجهها صراحة بطريقة سوية . وقد تركت هذه النظرية - نظرية التحليل النفسى - أثرا كبيرا فى سائر فروع الخدمات النفسية . . . . . فهى قد أثرت فى مختلف فروع التوجيه والارشاد النفسى ، سواء فيما يتعلق بالأسس التى تقوم عليها هذه الخدمات أو الوسائل التى تتبع فى تحقيق أهدافها . فاهتم الموجهون التربويون والمهنيون بالدوافع اللاشعورية التى تؤثر فى تكيف الفرد فى الدراسة والعمل وفى اختياره لمهنته ، كما أدت الى الاهتمام بعملية الارشاد النفسى والعلاقات القائمة بين المرشد والعميل . وأثرت كذلك فى نظرة الأخصائى الاجتماعى لسلوك الفرد وفى طرق مواجهته للمشكلات وأساليب تفاعله مع الموقف .

ولكن الأمر - فى العلاج النفسى - لم يقتصر على المحللين النفسيين ، فسرعان ما دخل المختصون فى سيكولوجية التعلم وفى علم النفس الاجتماعى وفى سيكولوجية الشخصية فى الميدان نتيجة لأوجه التشابه التى لاحظوها بين نشأة الأمراض النفسية واكتساب أساليب السلوك المختلفة ، ونتيجة لما لاحظوه من أثر الظروف الاقتصادية والاجتماعية فى نشأة الانحرافات النفسية . وقد كان من أثر ذلك أن ظهرت أساليب من العلاج تختلف عن الأساليب المعروفة لدى مدرسة التحليل النفسى اختلافا قد يكون بسيطا فى بعضها وكبيرا فى البعض الآخر . وظهرت أساليب العلاج « غير الموجه » أو « المتمركز حول العميل » ( Client - Centered ) لـ « روجرز »<sup>(١)</sup> وأساليب العلاج التى تعتمد على « التعلم » لـ « ميلر » و « دولارد »<sup>(٢)</sup> .

(١) Rogers, C.; Client - Centered Therapy. Boston : Houghton - Mifflin, 1951.

(٢) Dollard, J.; and Miller. N.; Personality and Psychotherapy. New York : McGraw - Hill, 1950.

وكان دخول الأخصائيين النفسيين فى ميدان العلاج النفسى سببا فى تنوع الأسس التى تفسر على أساس الأمراض النفسية ، كما كانت أيضا سببا فى اخضاع كثير من الظواهر المرضية والعلاجية لأساليب التجريب والبحث الاحصائى وتفسير نتائجها فى اطار نظريات علم النفس . وبعد أن كانت نظرية التحليل النفسى منعزلة عن علم النفس أصبحت جزءا منه وداخلة فى اطاره ومنطلقا للنظريات المتطورة للعلاج النفسى .

ويقوم بالعلاج النفسى مؤسسات متنوعة ، قد يكون بعضها قاصرا عليه ، وبعضها يقوم به على أساس أنه احدى وظائفها الأساسية أو الفرعية . وقد تكون هذه المؤسسات طبية فى أساسها ، أو تربوية أو اجتماعية أو نفسية . فنجد أن العلاج النفسى يتم أحيانا فى مؤسسات خاصة به ، وأحيانا يتم فى المستشفيات العامة أو الخاصة ، وفى أحيان أخرى يجرى فى مؤسسات تربوية كالعيادات النفسية الملحقة بكليات التربية وبأقسام علم النفس بالجامعات ، أو فى مؤسسات اجتماعية كمؤسسات تأهيل المعوقين أو مؤسسات رعاية الأحداث ومكاتب الخدمة الاجتماعية المدرسية . ويقوم بالعلاج النفسى أخصائيون نفسانيون متخصصون فى علم النفس الاكلينيكي ، أو أطباء نفسانيون متخصصون فى الطب النفسى (١) .

و « العلاج النفسى » - كما يعرفه البعض - عبارة عن نوع من علاج المشكلات ذات الطبيعة الانفعالية الحادة ، وفيه يقوم شخص مؤهل ومدرّب بإيجاد علاقة مهنية مع المريض بقصد معاونته لازالة الأعراض النفسية الموجودة لديه أو تعديلها أو منع ظهورها ، وذلك لتغيير أساليب السلوك المضطربة التى يعبر بها عن مشكلاته الانفعالية والعمل على نمو شخصيته وتطورها . ويذهب البعض الآخر الى أن

---

(١) سيد عبد الحميد مرسى : الارشاد النفسى والتوجيه التربوى والمهنى . القاهرة : الخانجى ، ١٩٧٦ ، ص ٦٧ - ٦٨

العلاج النفسى يتضمن جميع الأساليب التى تؤثر على المريض فتجعله  
يغير من تفكيره ومشاعره وسلوكه بما يتفق مع أساليب التفكير والشعور  
والسلوك السليمة السوية . ويرى آخرون أن العلاج النفسى هو تلك  
العملية التى يساعد بها المعالج النفسى مريضه على أن يتحرر من قلقه  
ومشاعره التى تقف حجر عثرة فى سبيل تحقيق أقصى تكيف شخصى له ،  
ويؤثر هذا التحرر فى سلوكه فى أهم مجالات الحياة البشرية مثل  
العلاقات الانسانية والاجتماعية والمهنية .

وإذا رجعنا الى تعريف « الارشاد النفسى » نجده يشترك مع  
العلاج النفسى فى الشيء الكثير ، الى الدرجة التى جعلت بعض  
الباحثين النفسين يذهبون الى أنهما ليسا سوى عملية واحدة ، الا أن  
البعض الآخر يذهب الى التفرقة بينهما . ويمكن أن تتصور أنهما طرفان  
لامتداد واحد ، وأن الفرق بينهما هو فى درجة المشكلة الانفعالية التى  
يعانيها الفرد ، وفى التحليل الذى يقوم به المعالج به المعالج النفسى ، ومدى  
التغير الذى يتناول الشخصية بأكملها . وما سبق يمكن أن نضع ثلاث  
عمليات على امتداد واحد هى : التوجيه - الارشاد النفسى - العلاج  
النفسى .

وعلى ذلك فالتوجيه والارشاد والعلاج النفسى ليست سوى  
درجات فى عملية واحدة تستهدف مساعدة الفرد كى يتغلب على مشكلاته  
ويحقق التوافق فى حياته . وتتميز هذه العملية فى « التوجيه »  
بالاتساع وبمعالجة المشكلات على مستوى سطحى نسبيا بحكم طبيعة  
هذه المشكلات . ويتميز « الارشاد النفسى » بأنه يتناول مشكلات  
أقل تنوعا - وهى مشكلات سوء التوافق - بشئ من التعمق . أما  
« العلاج النفسى » فانه يتناول مشكلات الانحراف النفسى العميقة  
بطريقة أكثر تعمقا ، اذ يتناول التكوين الأساسى للشخصية بالتعديل  
والتغيير<sup>(١)</sup> .

\*\*\*

(١) المرجع السابق ، ص ٧٠ - ٧١

## ● تصنيف حديث لنظريات الارشاد والعلاج النفسى :

عرض « باترسون » ( Patterson ) (١) فى أحدث مؤلفاته تصنيفا حديثا لنظريات الارشاد النفسى والعلاج النفسى فخلصه فيما يأتى :

### اولا - المداخل المعرفية ( Cognitive Approaches ) :

وهى تلك التى تميل الى استخدام المنطق والعقل فى عملية الارشاد أو العلاج النفسى وحل مشكلات العميل وما يواجهه من صعوبات أو عقبات . وتتميز هذه المداخل عادة بأنها بسيطة نسبيا وخيارية ، بمعنى أنها تسمح باستخدام وسائل عديدة ومتنوعة . ومن أنصار المداخل المعرفية كل من « اليس » ( Ellis ) و « بك » ( Beck ) ، و « ريمى » ( Raimy ) وتستند المداخل المعرفية الى الفلسفة والمفاهيم الآتية :

١ - تنفرد الكائنات البشرية بالنواحي العقلية / المنطقية وغير العقلية ( اللاعقلية ) / غير المنطقية . وعندما يفكر البشر ويسلك بطريقة منطقية / عقلية فانهم يسعون فى حياتهم ويصبحون أكثر فعالية وكفاية .

٢ - تعتبر الاضطرابات الانفعالية أو النفسية - السلوك العصايب - نتيجة للتفكير اللاعقلى / غير المنطقى . فالوظائف الفكرية والانفعالية لا تختلف أو تنفصل بعضها عن الآخر . فالانفعال يصاحب التفكير ، والتفكير - فى الواقع - متحيز عادة ، ومتحامل ، ويحمل الصفة الشخصية بدرجة كبيرة ، ولا عقلى .

٣ - ان الكائنات البشرية مهياة بيولوجيا للاتجاه نحو التفكير اللاعقلى ، وتقوم الظروف البيئية وتبنى على هذا الافتراض . والأشخاص الذين يعانون اضطرابات نفسية حادة ( ذهانية ) لديهم استعداد ومهيئة نحو التفكير المضطرب .

---

(١) C. Patterson ; Theories of Counseling & Psycho-therapy . Op. Cit.

٤ - تتميز الكائنات البشرية باستخدام اللغة - وهي توصف بأنها « حيوانات لفظية » - ويحدث التفكير من خلال استخدام الرموز أو اللغة . وحيث ان التفكير يواكب الافعال بشتى صورته - السوية وغير السوية - فان التفكير اللاعقلى يظل ويستمر بالضرورة اذا ما استمر الاضطراب الانفعالى ، وهذا ما يميز الأشخاص المضطربين انفعاليا ، فهم يقولون على اضطرابهم ويحرصون على استمرار سلوكهم اللاعقلى غير المنطقى من خلال التعبير الداخلى عن أفكارهم وآرائهم غير المنطقية اللاعقلية .

٥ - يرجع استمرار حالة الاضطراب الانفعالى الى التعبير الذاتى ، وهي تتحدد - لا من خلال الظروف أو الأحداث الخارجية ، ولكن من المدركات والاتجاهات نحو هذه الأحداث المتضمنة فى العبارات التى تصاغ حولها . وقد استخلص « اليس » ( Ellis ) هذا الرأى من الكتابات والنصوص القديمة سواء الاغريقية منها مثل : « يضطرب الناس ليس بسبب الأشياء ، ولكن بسبب الآراء عن هذه الأشياء » أو فى رواية « هملت » ما جاء فيها : « ليس هناك شئ جيد أو سئ ولكن التفكير هو الذى يجعله كذلك » .

٦ - ينبغى مهاجمة الأفكار السلبية والانفعالات الخاذلة للانسان والتصدى لها من خلال اعادة تنظيم المدركات والتفكير ، بحيث يصبح التفكير منطقيا وعقليا . ويستهدف المرشد النفسى أو المعالج النفسى - من خلال عملية الارشاد أو العلاج - أن يوضح للعميل أن طريقته فى التعبير الشخصى هى مصدر اضطرابه الانفعالى ، باعتبارها غير منطقية/لاعقلية، وعلى المرشد أو المعالج أن يساعد العميل على تصحيح طريقة تفكيره وتعبيره عن ذاته حتى تصبح أكثر منطقا وفعالية ولا ترتبط بالنواحي السلبية من الانفعالات أو السلوك الشخصى الهدام .

ثانيا - مداخل نظرية التعلم ( Learning Theory Approaches )

يمكن تعريف « التعلم » بأنه « تغير فى الأداء يؤدي الى تغير فى

السلوك» • ويهتم كل من « الارشاد النفسى » و « العلاج النفسى » بتغير السلوك ، وعلى ذلك فانه يتضمن عملية تعلم ، وعلى ذلك فان الارشاد النفسى أو العلاج النفسى هو تطبيق لمبادئ التعلم ونظرياته •

وعلى الرغم من تقبل هذا الرأى من جانب معظم المشتغلين بعلم النفس والارشاد والعلاج النفسى ، الا أن الموقف الواقعى ليس بالبساطة التى صورها الرأى سالف الذكر • فان معظم مداخل الارشاد النفسى أو العلاج النفسى لم تنبثق من نظريات التعلم ، على الرغم مما قد يبدو أن كل أسلوب أو منهج للارشاد أو العلاج متواكب مع نظرية تعلم أو تفسه احدى نظريات التعلم •

ونجد فى اطار « التعلم » نظريات فرعية مثل : المثير والاستجابة والتدعيم « ميللر » و « دولارد » ( Miller ) & Dollard ، والعلاج السلوكى ( Behavioral Therapy ) « وولب » ( Wolpe ) ، ومدخل التعلم الاجتماعى ( Social Learning Approach ) « روتر » ( Rotter ) ..

ولقد سبق أن ناقشنا نظرية التعلم فى الفقرات السابقة ، ولذا سنكتفى هنا بإبراز بعض النقاط الأساسية ، اضافة الى ما سبق ذكره :

١ - خلافا للمداخل السابق ذكرها للارشاد النفسى والعلاج النفسى ، فانه على الرغم من انتشار استخدام مصطلح « نظرية التعلم » ، فان « العلاج السلوكى » أو « تعديل السلوك » هو بالضرورة غير نظرى وغير نسقى • فهو منهج تجربى ، قائم على التحليل التجريبي ، كما أنه مدخل استدلالى وليس مدخلا استقرائيا •

٢ - تشير الدلائل الى أن المعالجين السلوكيين أصبحوا متنوعين ويسرون فى اتجاه ما يسمى بالارشاد النفسى أو العلاج النفسى التقليدى ، وخاصة فيما يتعلق بالتعرف على أهمية علاقة المرشد النفسى بالعميل • ويبدو كذلك أن المعالجين السلوكيين صاروا أكثر اعترافا بأهمية المتغيرات المعرفية والوجدانية ، بما فى ذلك الوعي والادراك والشعور • كما يبدو



أن هناك تباعدا عن تطبيق الوسائل المستنبطة من بحوث المختبرات والاتجاه نحو الاعتراف بتعدد السلوك الانساني عند مقارنته بسلوك الحيوان المشاهد في المختبر السلوكي .

٣ - يمكن القول بأن مداخل التعلم للارشاد النفسي أو العلاج النفسي غير مقيدة بالنماذج الكلاسيكية أو الآلية الفعالة .. فنجد « سولتر » (Salter) متمسكا بالمدخل الكلاسيكي ، ونرى « وولب » (Wolp) أقل ارتباطا بالاستجابة الشرطية الكلاسيكية ، بينما نجد « دولارد » و « ميللر » (Dollard) & (Miller) ، اللذين اثبتت أعمالهما من نظرية « هل » (Hull) ، يؤكدان مبدأ « التدعيم » ، وهكذا يسيران في اتجاه اجرائي .

وتعتبر الأعمال الحديثة في مجال « الشرطية الاجرائية » (Operant Conditioning) مشتقة من آراء « سكينر » (Skinner) وقد كان أول استخدام للشرطية الاجرائية في الارشاد النفسي أو العلاج النفسي من خلال استخدام الشرطية اللفظية في مقابلة الارشاد أو العلاج النفسي .

### ثالثا - مداخل التحليل النفسي ( Psychoanalytic Approches ) :

ظل التحليل النفسي بتفريعاته المختلفة القلب النابض بالحركة والعمق في العلاج النفسي على اختلاف أنواعه لسنوات طويلة . ومع ظهور « العلاج المتمركز - حول - العميل » عام ١٩٤٠ الى ١٩٥٠ وكذا « العلاج السلوكي » في الستينيات أخذ تأثير التحليل النفسي يضمحل في مجال العلاج النفسي . وينطبق هذا القول أساسا على النظرية الكلاسيكية للعلاج النفسي « فرويد » ، أما بالنسبة للفرويديين المحدثين - أمثال « أدلر » ، و « فروم » ، و « هورني » ، و « يونج » ، و « رانك » ، و « سوليفان » - فإن آراءهم وكتاباتهم لا زالت تلقى اهتماما كبيرا . وقد سبق مناقشة مدخل التحليل النفسي في عملية الارشاد النفسي بشيء من الاسهاب في مكان آخر بهذا الفصل .

#### رابعاً - مداخل المدركات والظواهر الخارجية :

( Perceptual - Phenomenological Approaches )

يلاحظ أن هناك العديد من المداخل الى الارشاد النفسى أو العلاج النفسى ، على الرغم من اختلافها بعضها عن البعض الآخر فى جوانب كثيرة ، إلا أنها تشترك جميعها فى اهتمامات معينة أساسية بالمدركات أو المجال الإدراكى للفرد / العميل •

وتفترض هذه المداخل - صراحة أو ضمناً - أنه طالما كان السلوك يتقرر من خلال المجال الإدراكى للفرد ، فمن الضروري ادخال بعض التعديل على المجال الإدراكى قبل محاولة تغيير سلوك الفرد • وهناك بعض الاختلافات أو الفروق فى الوسائل التى تستخدم لتحقيق هذا التغيير •

ويمكن تلخيص النظريات الأساسية فى مجال «المدركات والظواهر» فيما يأتى :

١ - تشكل الآراء السيكلوجية لـ « كيللى » ( Kelly ) المتعلقة « بالتكوينات / المفاهيم الشخصية » ( Personal Constucts ) إحدى نظريات « المدركات والظواهر » • فالمفاهيم الشخصية هى مدركات ، ومن شأن أى تغيير يطرأ على هذه المفاهيم أن يودى بالتالى الى تغيير المدركات •

وتعتبر وسائل « كيللى » على درجة عالية من الناحية العقلية والمعرفية ، مما قد يعتبر سبباً فى عدم توضيح نفسه كأحد المتحمسين لمدخل « الظواهر » •

٢ - قد يمكن القول بأن « العلاج - المتمركز - حول - العميل » ( Client - Centered Therapy ) هو أول مدخل للعلاج النفسى يركز بوضوح وصراحة على مبادئ « علم النفس الظاهرى » ( Phenomenological Psychology ) ويهتم ضمناً بالوسائل المناسبة أو المؤثرة الخاصة بتغيير مدركات العملاء •

ولقد تعرض « روجرز » (Rogers) لمناقشة الأسس الظاهرية لأسلوبه المتعلق بالعلاج « المتمركز - حول - العميل » ولكنه لم يسهب أو يستفيض في شرحه بهذا الصدد .

٣ - ومن المداخل الإدراكية في علم النفس ما يسمى بـ « التعامل » ( Transactional ) ، وهو يستخدم للتعبير عن معالجة الأحداث كعمليات تدخل في نطاق الوقت والبيئة . وأى وقت جزئى فى هذه العملية يسمى بـ « التعامل » ويتضمن الفرد / الكائن الحي وبيئته معا . وعلى ذلك لا ينبغي التعامل مع أنشطة البشر كأنشطة تخصهم بمفردهم ، ولكن ينبغي النظر إليها كعمليات تفاعل بين الفرد وبيئته ولا يمكن فهم أحدها إلا بوجود الأخرى .

ومن وجهة نظر « برن » (Berne) فإن تحليل التعامل يقسم الشخصية الى ثلاثة حالات للأنا : « الوالد » ، و « الراشد » ، و « الطفل » . فتشتق شخصية « الطفل » من الخبرات الواقعية فى مرحلة الطفولة ، وتمثل « الوالدية » بسلوك الوالدين الفعلى وتأثيرهم من حيث التحريم والتشجيع . ويمثل « الراشد » الواقع ويتدخل بين « الوالد » و « الطفل » وينظم العلاقة بينهم . وهناك أربعة أوضاع رئيسية تتضمن الفرد والآخرين هى :

(١) أنا بخير ، أنت بخير . ( I am Ok; You are Ok )

(٢) أنا بخير ، أنت لست بخير .

( I am ok; You are not Ok )

(٣) أنا لست بخير ، أنت بخير .

( I am not Ok ; You are Ok ) .

(٤) أنا لست بخير ، أنت لست بخير .

( I am not Ok ; You are not Ok )

٤ - ومن المداخل الإدراكية / الظاهرية الشائعة للعلاج النفسى تلك المتعلقة بموضوع « الجشطالت » . وقد سبق مناقشتها ضمن نظرية « المجال » فى مكان آخر من هذا الفصل .

#### خامسا - المدخل الوجودى ( Existential Approach )

فى خلال عرضنا للمداخل والنظريات المختلفة المتعلقة بالارشاد النفسى أو العلاج النفسى ، كنا تنتقل ما بين مفهوم للعلاج باعتباره أساسا عملية عقلية معرفية لحل المشكلات الى مفهوم آخر يهتم بالاتجاهات والمشاعر والوجدان وما ينتج عنها من تنوع الوسائل المستخدمة . ولا يقصد بهذا القول أن الكائنات البشرية هى بالضرورة غير عقلية أو أن الارشاد والعلاج النفسى عمليات غير عقلية فى مداخلها ، بل يقصد أن الكائنات البشرية هى أكثر من مجرد عقول ، ولذا ينبغى أن يكون الارشاد أو العلاج النفسى متعلقا بالناحية النفسية أكثر منه ارتباطا بالناحية المنطقية ، ويزداد التأكيد على العلاقة الارشادية أكثر منها على الوسائل المؤثرة على العميل ، وهنا يصبح محتوى عملية الارشاد قائما على الخبرات الحالية للعميل أكثر من التركيز على مشكلة العميل .

وتهتم الفلسفة الوجودية بطبيعة الانسانية ، من واقع وجودها فى العالم الحديث ، وبمعنى هذا الوجود للفرد ذاته . وهى تنعكس على الخبرات المباشرة للفرد ، وعلى وجوده ومدى ممارسته لهذا الوجود . وتمثل اسهامات العلاج الوجودى فى النظر الى الانسان ككائن موجود ، وعلى ذلك فإن الخاصية الأساسية للتحليل الوجودى فى أنه يهتم بعلم الوجود ، أى النشوء والنمو ، والكيونة أى وجود الشخص بذاته جالسا أمام المعالج أو المرشد النفسى .

وبينما لا نجد نظرية بذاتها فى المجال الوجودى ، الا أننا نرى جوانب عامة أو عناصر أساسية تستند اليها جميع المداخل الوجودية للعلاج أو الارشاد النفسى ، وهى تتضمن الموضوعات الآتية :

- ١- إن الصفة المتميزة للبقاء الانسانى هى «الوجود» ( Dasein ) أى الكائن ذاته المتواجد فى الزمان والمكان ، والذي يدرك وجوده وكيونته ويتصرف على أساس هذا الوجود .

ويختلف البشر عن الحيوان بقدرتهم على وعى أنفسهم وإدراك ذواتهم ، كما يدركون الأحداث التي تؤثر عليهم في الماضي والحاضر والمستقبل كمتصل مستمر . وهذا ما يجعل الاختيار واتخاذ القرار ممكنا . وعلى ذلك فالإنسان مسئول أو مكلف لأن لديه حرية الاختيار . ومن هذا المنطلق يمكن القول بأن الإنسان حر ، وأن المؤثرات الخارجية قد تحد أو تقيد تصرفاته ولكنها لا تقرر سلوكه . فالإنسان هو المخلوق المدرك وبالتالي المسئول عن بقائه واستمرار وجوده .

٢ - ينادى الوجوديون بالرأى القائل بأنه يستحيل أن تفكر في الشخص والعالم منعزلا كل منهما عن الآخر ، ونجد بعض التعبيرات مثل : « المشاركة » ( Participation ) ، و « الحضور » ( Presence ) و « الوجود » ( Dasein ) ، تعبر عن هذا الرأى .

وتعيش الكائنات البشرية في ثلاثة عوالم بطريقة متآنية : « العالم البيولوجي » ( Umwelt ) دون أى إدراك أو وعى ذاتي ، « عالم العلاقات » ( Mitwelt ) أى الالتقاء بالأشخاص الآخرين ويتضمن الإدراك المتبادل ، و « عالم الذاتية » ( Eigenwelt ) وهو الوجود ذاته .

٣ - الإنسان ليس كيانا ثابتا متوقفا عن الحركة ، ولكنه في حالة مستمرة من التحول والحركة والتغير ، التي تشكل « الكينونة » ( Being ) ويحقق الإنسان ذاته من خلال المشاركة المستمرة في عالم ملئ بالأشياء والأحداث ، حيث يلتقى بالآخرين ويشاركهم الحوار وتبادل الآراء والأفكار . ويعتبر العلاج النفسي لقاء أو حواراً حيث يتمكن العميل - من خلاله - أن ينمي عادات وصفات انسانية معينة . وعلى ذلك فالكينونة ليست مجرد شيء يعطى مرة واحدة فقط ، ولكنها دائمة النمو والوجود .

٤ - تدرك الكائنات البشرية أنه في المستقبل القريب أو البعيد لن يكون لها وجود ، أى تصير الى فناء . فالوجود يتضمن فكرة عدم الوجود ، وفكرة البقاء تتضمن عدم البقاء أو الفناء . وتؤمن الوجودية بأن الموت يمنح الحياة واقعية ومعنى ، باعتباره الحقيقة الوحيدة المطلقة فى الحياة . فالبشر يدركون انهم سيموتون يوما ما ، وهذا أمر حتمى عليهم مواجهته . والبشر قادرون على اختيار عدم الوجود فى أية لحظة ، اذ يمكنهم الالتجاء الى الوحدة والافراد أو السلبية المطلقة ، أو فقد الأهمية الذاتية ، أو الحياة الهامشية ( Marginal ) ، أو الاغتراب والتباعد ، أو الخواء .

٥ - يعتبر التهديد بعدم البقاء مصدراً للقلق السوى ، والعدوان والاعتداء . وهو سوى لأن هذا التهديد موجود دائما لدى جميع الأفراد . وتتبعث شرارة القلق فى ذروة تحقيق الفرد لذاته ، أى لحظة شعوره بقيمة ذاته وأهميتها ، حيث يسود شعور بفناء هذه الذات وفقد الوجود ذاته . وهذا يتضمن صراعا بين الوجود وعدم الوجود ، أى بين الطاقة والحيوية القائمة لدى الفرد من جهة وفقد الاحساس بالأمن النفسى من ناحية أخرى .

٦ - لا يتأثر الوجود بالاحتواء الاجتماعى والمعايير الأخلاقية . فان تقدير الذات المستند الى الشعور بالوجود أو الكينونة ليس مجرد انعكاس لوجهات نظر الآخرين عن الفرد . وعلى الرغم من أنه يتضمن العلاقة والاتصال الاجتماعى ، الا أنه يفترض سلفا « الدنيا الذاتية » ( Eigenwelt ) المتعلقة بتوحد الذات وتميزها . وعلى ذلك ، يمكن القول بأن كل فرد ليس نسخة مطابقة من الظروف والضغوط الاجتماعية السائدة . فكل انسان فريد منفرد فى صفاته وسلوكه ومتميز فى تصرفاته .

٧ - ان لدى الكائنات البشرية القدرة على تجاوز المواقف الحالية السمو عليها ، بمعنى تجاوز الماضى ، وهذه المقدرة متضمنة فى التعبير

« يوجد » ( Exist ) •• فالإنسان يمثلون التجاوز والسمو من حيث مفهومهم للممكن ، وجلب الماضي والمستقبل لتستند إلى الحاضر ، والتفكير باستخدام الرموز ، وفي رؤية أنفسهم كما يراها الآخرون ، وفي ادراك ذواتهم في وجودها وعملها وتعرفها واستمرارها وفعلها ، فالشعور أو الاحساس بالذات يتضمن التجاوز والسمو • وتعتبر القدرة على التجاوز أساس الحرية ، حيث تتيح الفرصة للاختيار • وعلى أى الحالات ، فهناك حدود للحياة والكينونة ينبغي تقبلها •

٨ - إن الإنسان المتحضر في عصرنا الحديث - سواء أكان سوريا أم عصايا - يتميز بالاغتراب عن العالم والمجتمع المحلى • ولا شك أن المعالجين النفسيين والمرشدين النفسيين لا تواجههم حاليا مشكلات أو أعراض مرضية من النوع الذى كان شائعا أيام أن كان « فرويد » يضع نظرياته فى التحليل والعلاج النفسى • فلقد أصبحت الشكاوى الحالية تدور حول الشعور بالانفراد والعزلة ، وفقد الذاتية ، والانفصال عن الآخرين والمجتمع • فلقد ابتعد الفرد عن عالمه وأصبح لا يشعر بالانتماء الى هذا المجتمع الذى يعيش فيه بل أصبح غريبا عنه ولا مأوى له فى عالم لم يختاره أو يصنعه لنفسه وأصبح لا يشعر بأى انتماء اليه • وهناك ثلاثة مفاهيم متميزة للعلاج النفسى الوجودى :

١ - مفهوم « العصاب الوجودى » ( Existential Neurosis ) حيث تكون الاضطرابات الانفعالية نتيجة لعدم القدرة على ادراك معنى للحياة •

٢ - مفهوم « العلاقة العلاجية » كمواجهة أو علاقة جديدة تفتح آفاقا جديدة •

٣ - مفهوم « نقطة العلاج » ( Kairos ) وهى النقطة الحرجة حيث يصبح المريض أو العميل مستعدا لتلقى العلاج وحيث يصبح التقدم السريع والشفاء العاجل ممكنا •

\* \* \*

## ● أوجه الشبه والاختلاف بين نظريات الارشاد النفسى :

يوجد بين نظريات التوجيه والارشاد أوجه شبه وأوجه اختلاف يحسن الاحاطة بها ، وان كانت أوجه الشبه أكثر من أوجه الاختلاف . ويرى البعض أن نظريات الارشاد النفسى تختلف بعضها مع البعض الآخر ولكن دون تعارض ، فالأسس واحدة خاصة فيما يتعلق بالعلاقة بين المرشد والعميل . وعلى العموم فإن سبب الاختلاف أساسا هو أن كل نظرية تقوم على ملاحظات ودراسات تجريبية وممارسات اكلينيكية تختلف عن الأخرى . ولكن المهم هو أن معرفة أوجه الشبه والاختلاف بين النظريات تفيد فى أن هذه النظريات مجتمعة تعلمنا الكثير وأن كلا منها منفردة تعلمنا شيئا<sup>(١)</sup> .

\* \* \*

## ● أوجه الشبه بين نظريات الارشاد النفسى :

فيما يلى أوجه الشبه بين نظريات الارشاد النفسى :

- ١ - تسعى جميع النظريات نحو شيء واحد فى الواقع ، كما أن طرق الارشاد التى ترتبط بها تؤدي الى نفس الهدف ، وهو تحقيق الذات .
- ٢ - تحاول كل النظريات فهم كيف ينشأ القلق وكيف تهب وسائل الدفاع النفسى وأساليب التوافق وكيف يمكن تعديل السلوك .
- ٣ - أن البيئة والمجال النفسى أو عالم الخبرة الشخصية مهم جنباً الى جنب مع البيئة الاجتماعية وعالم الواقع .
- ٤ - أن الفرد لديه دوافع وحاجات وقوى حيوية تتحكم فى سلوكه .
- ٥ - أن الماضى يشير الى الحاضر ويؤثر فى المستقبل .

---

(١) حامد زهران ، مرجع سابق ، ص ١٣٦



٦ - أن التعلم خطوة أساسية من أجل تحقيق التوافق النفسى عن طريق تغيير السلوك .

٧ - أن أهم ما فى عملية الارشاد النفسى هو العلاقة الارشادية التى تتسم بالجو النفسى المتقبل السمع الخالى من التهديد ، الذى يحرر قوى النمو والتوافق لدى الفرد لتحقيق الصحة النفسية .

\* \* \*

### ● أوجه الاختلاف بين نظريات الارشاد النفسى :

١ - بعض النظريات نشأ فى العيادات النفسية ، وبعضها خرج من المختبرات النفسية ، وبعضها نتج عن الدراسات الاحصائية .

٢ - يوجد اختلافات حول الأهمية النسبية للمحددات الشعورية واللاشعورية للسلوك .

٣ - تختلف النظريات حول أهمية الدور الذى يلعبه التعزيز وعضوية الجماعة وخبرات الحياة الماضية - خاصة فى مرحلة الطفولة - فى تحديد السلوك .

٤ - تتفاوت النظرة الى أهمية الخبرات الخاصة والذاتية .. فالبعض يؤكد أهمية الموضوعية والسلوك الملاحظ ، والبعض يؤكد أهمية الخبرات الذاتية .

٥ - بعض النظريات تحترم الاختبارات النفسية وتؤكد أهميتها ، بينما البعض الآخر - مثل نظرية الذات - تؤكد أن الأساس الأهم هو مفهوم الفرد عن ذاته الذى يحدد سلوكه بصرف النظر عن نتائج الاختبارات .

وهكذا نجد فى اختلاف نظريات التوجيه والارشاد النفسى ما يتيح للمرشد أن يختار من كل منها أو من أى منها ما قد يحتاجه عندما يتعامل مع مشكلة فرد أو مشكلة جماعة ، وهذا هو « الأسلوب الخيارى » ( Eclectic ) . وهنا يستفاد من العلوم الانسانية والخبرات

المختلفة فى دراسة الشخصية ، على أساس أن الشخصية تتضمن مستويات وظيفية متكاملة من النواحي البيولوجية والنفسية والاجتماعية • وقد استند المؤلف فى هذا الرأى الى خبرة سنوات طويلة فى مجال تأهيل المعوقين ، حيث تعتمد فلسفة التأهيل على « مفهوم الفريق » Team ( Concept ) فى علاج وتأهيل حالات المعوقين • ويتضمن فريق التأهيل الخبرات المختلفة فى نواحي الطب وعلم النفس وعلم الاجتماع وما يرتبط بها من المعارف الأخرى •

\* \* \*

### العلاج النفسى فى القرآن

نزل القرآن الكريم أساسا هداية للناس ، ولدعوتهم الى عقيدة التوحيد ، ولتعليمهم قيما وأساليب جديدة من التفكير والحياة ، ولارشادهم الى السلوك السوى السليم الذى فيه صلاح الانسان وخير المجتمع ، ولتوجيههم الى الطرق الصحيحة لتربية النفس وتنشئتها تنشئة سليمة تؤدى بها الى بلوغ الكمال الانسانى الذى تتحقق به سعادة الانسان فى الحياة الدنيا وفى الآخرة • قال تعالى :

- ﴿ ان هذا القرآن يهدى للتى هى اقوم ويبشر المؤمنين الذين يعملون الصالحات ان لهم اجرا كبيرا ﴾ • ( الاسراء : ٩ )
- ﴿ يا ايها الناس قد جاءكم موعظة من ربكم وشفاء لما فى الصدور وهدى ورحمة للمؤمنين ﴾ • ( يونس : ٥٧ )
- ﴿ وننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة للمؤمنين ولا يزيد الظالمين الا خسارا ﴾ • ( الاسراء : ٨٢ )
- ﴿ هذا بصائر للناس وهدى ورحمة لقوم يوقنون ﴾ • ( الجاثية : ٢٠ )

ولا شك أن فى القرآن طاقة روحية هائلة ذات تأثير بالغ الشأن

فى نفس الانسان • فهو يهز وجدانه ، ويرهف أحاسيسه ومشاعره ،  
ويصقل روحه ، ويوقظ ادراكه وتفكيره ، ويجلى بصيرته ، فاذا بالانسان  
بعد أن يتعرض لتأثير القرآن يصبح انسانا جديدا ، كأنه خلق خلقا  
جديدا (١) •

\* \* \*

### ● الايمان والشعور بالأمن :

تتفق جميع مدارس العلاج النفسى على أن « القلق » هو السبب  
الرئيسى فى نشوء أعراض الأمراض النفسية ، ولكنها تختلف فيما بينها  
فى تحديد العوامل التى تسبب القلق • وتتفق هذه المدارس أيضا على  
أن الهدف الرئيسى للعلاج النفسى هو التخلص من القلق وبث الشعور  
بالأمن فى نفس الانسان • وهى تتبع لتحقيق هذا الهدف أساليب  
علاجية مختلفة ، ولكن هذه الأساليب لا تنجح دائما فى تحقيق الشفاء  
التام من الأمراض النفسية •

وتمدنا دراستنا لتاريخ الأديان - وبخاصة الدين الإسلامى - بأدلة  
عن نجاح الايمان بالله فى شفاء النفس من أمراضها ، وتحقيق الشعور  
بالأمن والطمأنينة ، والوقاية من الشعور بالقلق وما قد ينشأ عنه من  
أمراض نفسية • ومما يجدر ملاحظته أن العلاج يبدأ عادة بعد حدوث  
المرض النفسى ، أما الايمان بالله اذا ما بث فى النفس منذ الصغر ،  
فانه يكسب الانسان مناعة ووقاية من الأمراض النفسية • وقد وصف  
القرآن الكريم ما يحدثه الايمان من أمن وطمأنينة فى نفس المؤمن  
بقوله :

● ﴿ الذين آمنوا ولم يلبسوا ايمانهم بظلم أولئك لهم الأمن وهم  
مهيئون ﴾ • ( الانعام : ٨٢ )

(١) محمد عثمان نجاتى : القرآن وعلم النفس • القاهرة : دار  
الشروق ، ١٩٨٢ ، ص ٢٣٦ - ٢٣٧

● ﴿ الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ، الا بذكر الله تطمئن القلوب ﴾ .  
( الرعد : ٢٨ )

● ﴿ ما أصاب من مصيبة الا باذن الله ، ومن يؤمن بالله يهد قلبه ، والله بكل شيء عليم ﴾ .  
( التغابن : ١١ )

ان المؤمن بالله ايمانا صادقا لا يخاف شيئا فى هذه الحياة الدنيا فهو يعلم أنه لن يصيبه شر أو أذى الا بمشيئة الله تعالى ، ولا يمكن لأى انسان أو الآية قوة فى هذه الحياة أن تلحق به ضررا أو تمنع عنه خيرا الا بمشيئة الله تعالى . ولذلك فالمؤمن الصادق الايمان انسان لا يمكن أن يتملكه الخوف أو القلق<sup>(١)</sup> . قال تعالى :

● ﴿ بلى من أسلم وجهه لله وهو محسن فله اجره عند ربه ولا خوف عليهم ولا هم يحزنون ﴾ .  
( البقرة : ١١٢ )

● ﴿ ان الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون ﴾ .  
( الاحقاف : ١٣ )

● ﴿ ان الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا تتنزل عليهم الملائكة الا تخافوا ولا تحزنوا وابشروا بالجنة التى كنتم توعدون . نحن اولياؤكم فى الحياة الدنيا وفى الآخرة ، ولكم فيها ما تشتهى انفسكم ولكم فيها ما تدعون ﴾ .  
( فصلت : ٣٠ - ٣١ )

\* \* \*

#### ● اسلوب القرآن فى علاج النفس(٢) :

لكى نستطيع أن نحدث تعديلا أو تغييرا فى شخصية فرد ما وفى سلوكه ، علينا أن نقوم بتعديل أفكاره واتجاهاته أو تغييرها ، حيث ان سلوك الانسان يتأثر - بدرجة كبيرة - بأفكاره واتجاهاته . ولذلك فان العلاج النفسى يستهدف أساسا تغيير أفكار المرضى النفسيين عن

(١) المرجع السابق ، ص ٢٤١ - ٢٤٣

(٢) نفس المرجع ، ص ٢٥١ - ٢٧٦

أنفسهم ، وعن الآخرين ، والحياة ، والمشكلات التي تواجههم . • وحينما تتغير أفكار المريض النفسي نتيجة للعلاج فانه يصبح أقدر على مواجهة مشكلاته وأقدر على حلها ، بل انه غالبا ما يرى أن مشكلاته التي كانت تقلقه في الماضي والتي أدت الى مرضه لم تكن في الحقيقة بالضخامة التي كان يتوهمها ، ولم يكن هناك في الحقيقة مبرر يدعو الى قلقه الشديد بسببها .

وعملية التعلم هي في أساسها عملية يتم فيها تعديل الأفكار والاتجاهات والعادات والسلوك وتغييرها . • والعلاج النفسي هو في أساسه عملية تصبح تعلم سابق غير سليم اكتسب فيه المريض أفكارا خاطئة أو وهمية عن نفسه وعن غيره من الناس ، وعن مشكلات الحياة التي تجابهه وتسبب له القلق ، وتعلم أساليب معينة من السلوك الدفاعي التي يهرب بها من مواجهة مشكلاته ، ويخفف بها من حدة قلقه . • ويحاول المعالج النفسي أن يصحح أفكار المريض ، ويجعله ينظر الى نفسه ، والى الناس ، والى مشكلاته نظرة واقعية صحيحة ، وأن يواجه مشكلاته بدلا من الهرب منها ، ويحاول حلها بدلا من الاستمرار في حالة الصراع النفسي الناشئ عن العجز عن حل هذه المشكلات . • إن هذا التغير في نظرة المريض النفسي الى ذاته ، والى الناس ، والى الحياة ، يمدّه بالقدرة على مواجهة مشكلاته وحلها ، فيتخلص بذلك من الصراع النفسي وما يسببه له من قلق . • وينتج عن ذلك عادة شعور المريض بالنشاط والحيوية ينبعثان فيه من جديد ، ويبدأ يمارس حياته الطبيعية بفاعلية ، مما يجعله يشعر بمتعة الحياة ، وبالرضا النفسي ، وراحة البال ، والسعادة . • قال تعالى :

● ﴿ .. ان الله لا يغير ما بقوم حتى يغيروا ما بأنفسهم .. ﴾

( الرعد : ١١ )

ولقد نزل القرآن الكريم لتغيير أفكار الناس واتجاهاتهم وسلوكهم، ولهدايتهم وتغيير ما هم فيه من ضلالة وجهل ، وتوجيههم الى ما فيه

صلاحيهم وخيرهم ، ومدهم بأفكار جديدة عن طبيعة الانسان ورسالته في الحياة ، وبقيم وأخلاق جديدة ، ومثل عليا للحياة . وقد نجح القرآن نجاحا عظيما في التأثير في شخصيات الناس ، وفي تغييرها تغييرا كبيرا كانت له نتائج بعيدة الأثر في وضع أسس جديدة لنظام حياة الانسان الشخصية ، ولنظام العلاقات الانسانية سواء في داخل الأسرة أو في المجتمع عامة . وباختصار ، نجح القرآن نجاحا لا نظير له بين جميع الدعوات الدينية في جميع عصور التاريخ في احداث تغييرات عظيمة الأثر في شخصيات المسلمين ، وفي المجتمع الاسلامي . فقد نجح القرآن الكريم في فترة وجيزة من الزمن في تكوين الشخصية الانسانية المتكاملة المترتبة الآمنة المطمئنة ، التي استطاعت بطقها الجبارة التي تولدت عن هذا التغيير الذي حدث فيها ، أن تهز العالم وتغير مجرى التاريخ . واذا ما تساءلنا : كيف استطاع القرآن معالجة نفوس العرب وأن يغير شخصياتهم ؟ هذا ما سنناقشه فيما يلي :

#### اولا - الايمان بعقيدة التوحيد :

ان أول شيء أراد القرآن أن يغيره في نفوس العرب هو العقيدة ، ولذلك فان آيات القرآن الكريم التي نزلت بمكة المكرمة في المرحلة الأولى من الدعوة الاسلامية كانت تستهدف أساسا تأكيد عقيدة التوحيد . وكان أسلوب القرآن الفائق في بلاغته ، واستدلالاته العقلية المقنعة فيما يعرضه من القضايا والأحكام ، وما جاء فيه من قصص وأمثال توضح المعاني وتبسطها وتقربها الى الأذهان ، وما استخدمه القرآن من أساليب الترغيب والترهيب لاثارة الدافع الى التعلم ، وتكرار بعض المعاني لتأكيدھا في الأذهان . كل ذلك كان له أكبر الأثر في تقبل الناس للدين الجديد ، وفي ايمانهم بعقيدة التوحيد . ولقد كان الايمان بعقيدة التوحيد هو الخطوة الأولى في احداث تغيير كبير في الشخصية . فهو يولد في الانسان طاقة روحية هائلة تغير مفهومه عن ذاته ، وعن الناس ، والحياة ، والكون بأكمله . انه يمدد بمعنى

جديد للحياة ولرسالته فيها ، ويملا قلبه بالحب لله وللرسول وللناس من حوله وللإنسانية عامة ، ويبحث الشعور بالأمن والطمأنينة .. وقد عبر القرآن عن العقيدة بـ « الايمان » ، قال تعالى :

● ﴿ وما خلقت الجن والانس الا ليعبدون ﴾ .

( الداريات : ٥٦ )

● ﴿ ان الذين آمنوا وعملوا الصالحات كانت لهم جنات

الفردوس نزلا . خالدون فيها لا يبغون عنها حولا ﴾ .

( الكهف : ١٠٧ - ١٠٨ )

● ﴿ من عمل صالحا من ذكر او انثى وهو مؤمن فلنجزيه حياة

طيبة ، ولنجزينهم اجرهم باحسن ما كانوا يعملون ﴾ .

( النحل : ٩٧ )

● ﴿ يا ايها الناس اعبدوا ربكم الذى خلقكم والذين

من قبلكم لعلكم تتقون ﴾ .

( البقرة : ٢١ )

● ﴿ وقضى ربك الا تعبدوا الا اياه .. ﴾ .

( الاسراء : ٢٣ )

● ﴿ وان اعبدوني ، هذا صراط مستقيم ﴾ .

( يس : ٦١ )

\* \* \*

ثانيا - التقوى :

تصاحب الايمان بالله وتتبعه تقوى الله . والتقوى هي أن يقي الانسان نفسه من غضب الله وعذابه بالابتعاد عن ارتكاب المعاصي ، والالتزام بمنهج الله تعالى الذى رسمه لنا القرآن الكريم ، وأوضحه لنا رسول الله صلى الله عليه وسلم ، فنفعل ما أمرنا الله تعالى به ، ونبتعد عما نهانا عنه .

ويتضمن مفهوم التقوى تحكم الإنسان في دوافعه وانفعالاته ، وسيطرته على ميوله وأهوائه ، فيقوم بأشباع دوافعه في الحدود التي يسمح بها الشرع فقط . ويتضمن مفهوم التقوى أيضا أن يتوخى الإنسان دائما في أفعاله الحق والعدل والأمانة والصدق ، وأن يعامل الناس بالحسنى ، ويتجنب العدوان والظلم . ويتضمن مفهوم التقوى كذلك أن يؤدي الإنسان كل ما يوكل إليه من أعمال على أحسن وجه ، لأنه دائم التوجه الى الله تعالى في كل ما يقوم به من أعمال ابتغاء مرضاته وثوابه . وهذا ما يدفع الإنسان دائما الى تحسين ذاته ، وتنمية قدراته ومعلوماته ، ليؤدي عمله على أحسن وجه . إن اتقوى بهذا المعنى تصبح طاقة موجهة للإنسان نحو السلوك الأفضل ، ونحو نمو الذات ورفقيها ، وتجنب السلوك السيئ والمنحرف . وهذا يتطلب من الإنسان مجاهدة نفسه والتحكم في أهوائه وشهواته ، فيصبح هو المسيطر عليها والموجه لها . فالتقوى - إذن - من العوامل الرئيسية التي تؤدي الى نضوج الشخصية وتكاملها ، وتدفع الإنسان الى الارتقاء بذاته متطلعا الى بلوغ الكمال الانساني . قال تعالى :

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَآمِنُوا بِرَسُولِهِ  
يُؤْتِكُمْ كَثِيرًا مِّن رَّحْمَتِهِ وَيَجْعَلْ لَّكُمْ نُورًا تَمْشُونَ بِهِ وَيَغْفِرْ  
لَكُمْ ، وَاللَّهُ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴾ . ( الحديد : ٢٨ )

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن تَتَّقُوا اللَّهَ يَجْعَلْ لَّكُمْ فُرْقَانًا وَيُكَفِّرْ  
عَنكُم سَيِّئَاتِكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ، وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ ﴾ .

( الأنفال : ٢٩ )

﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا . يُصْلِحْ لَكُمْ  
أَعْمَالَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ ، وَمَن يُطِعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا ﴾ .  
( الأحزاب : ٧٠ - ٧١ )

﴿ .. وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مِّنْ أَمْرِهِ يُسْرًا ﴾ .

( الطلاق : ٤ )

\*\*\*



## ثالثا - العبادات :

فى العلاج النفسى لا يكفى لشفاء المريض أن يعرف حقيقة مشكلاته، وأن تتغير أفكاره عنها وتتغير نظراته للحياة ، بل من الضرورى أيضا أن يمر المريض النفسى بخبرات جديدة فى الحياة يطبق فيها أفكاره الجديدة عن نفسه وعن الناس ، وأن يرى بنفسه كيف أن سلوكه الجديد قد حقق نجاحا فى علاقاته الانسانية ، وأحدث تغييرا واضحا فى سلوك الآخرين نحوه . وبهذه الممارسة الفعلية فى الحياة للسلوك الجديد المنبعث من أفكاره الجديدة وما تؤدى اليه من أفكار مرضية<sup>(١)</sup> ، يحدث التغيير الكبير فى شخصية المريض ويسير بخطى سريعة نحو الشفاء .

وقد اتبع القرآن الكريم فى منهجه وتربيته لشخصيات الناس وفير تغيير سلوكهم ، أسلوب الممارسة الفعلية للأفكار والعبادات السلوكية الجديدة التى يريد أن يفرسها فى نفوسهم . ولذلك فرض الله سبحانه وتعالى العبادات المختلفة : الصلاة ، والصيام ، والزكاة ، والحج . ان القيام بهذه العبادات فى أوقات معينة بانتظام يعلم المؤمن الطاعة لله تعالى ، والامتثال لأوامره ، والتوجه الدائم اليه فى عبودية تامة . كما يعلمه الصبر ، وتحمل المشاق ، ومجاهدة النفس والتحكم فى أهوائها ، كما يعلمه حب الناس ، والاحسان اليهم ، وينمى فى نفسه روح التعاون والتكافل الاجتماعى . ولا شك أن قيام المؤمن بهذه العبادات باخلاص وبانتظام انما يؤدى الى اكتسابه هذه الخصال الحميدة التى تتميز بها الشخصية السوية الناضجة المتكاملة ، وتوفر له مقومات الصحة النفسية السليمة ، كما يمدّه بوقاية من الأمراض النفسية ، كما سيتضح لنا من مناقشتنا التالية لتأثير العبادات فى شخصية المسلم .

---

(١) مرضية : بضم الميم وسكون الراء .

## ١ - الصلاة :

يشير اسم « الصلاة » أن فيها صلة بين الإنسان وربّه . ففى الصلاة يقف الإنسان فى خشوع وتضرع بين يدى الله سبحانه وتعالى خالقه وخالق الكون كله ، الذى يئده الحياة والموت ، والموزع الأرزاق بين الناس ، مما يمد الإنسان بطاقة روحية تبعث فيه الشعور بالصفاء الروحى ، والاطمئنان والأمن النفسى . ففى الصلاة ، اذا ما أداها الإنسان كما ينبغى أن تؤدى ، يتوجه الفرد بكل حواسه وجوارحه الى الله تعالى ، وينصرف عن التفكير فى مشكلات الحياة وهمومها . وهذا من شأنه أن يبعث فى الإنسان حالة من الاسترخاء التام ، وهدوء النفس وراحة العقل .

ان « الاسترخاء » من الوسائل التى يستخدمها بعض المعالجين النفسيين المحدثين فى علاج الأمراض النفسية - خاصة القلق - ويسمون هذا الأسلوب « بالكف المتبادل »<sup>(١)</sup> . أو « العلاج الاسترخائى » ، أو « العلاج بالتقليل من الحساسية الانفعالية » ، وهذا الاسترخاء عادة يمكن أن يتعلمه الإنسان بالتدريب ، وتسعدنا الصلاة خمس مرات فى اليوم بأحسن نظام للتدريب على الاسترخاء وتعلمه . واذا تعلم الإنسان الاسترخاء فانه يستطيع أن يتخلص من التوتر العصبى الذى تسببه ضغوط الحياة . ولقد كان رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول لبلال رضى الله عنه حينما تحين أوقات الصلاة : « أرحنا بالصلاة يا بلال » وفى الحديث : « أن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان اذا حزبه أمر صلى »<sup>(٢)</sup> .

وتساعد حالة الاسترخاء والهدوء النفسى التى تحدثها الصلاة على التخلص أيضا من القلق الذى يشكو منه المرضى النفسيون . فان حالة الاسترخاء والهدوء النفسى التى تحدثها الصلاة تستمر عادة

---

(١) Reciprocal Inhibition

(٢) مختصر تفسير ابن كثير ج ١ ص ١٤٢

فترة ما بعد الانتهاء من الصلاة • وقد يواجه الانسان وهو فى هذه الحالة من الاسترخاء بعض الأمور أو المواقف المثيرة للقلق ، أو قد يتذكرها • وتكرار تعرض الفرد لهذه المواقف المثيرة للقلق أو تذكره لها ، أثناء وجوده فى حالة الاسترخاء والهدوء النفسى عقب الصلوات ، انما تؤدي الى « الانطفاء » التدريجى للقلق ، والى ارتباط هذه المواقف المثيرة للقلق بحالة الاسترخاء والهدوء النفسى ، وبذلك يتخلص الفرد من القلق الذى كانت تثيره هذه المواقف •

ويقوم الانسان عقب الصلاة مباشرة بالتسبيح والدعاء الى الله تعالى ، وهذا يساعد على استمرار حالة الاسترخاء والهدوء النفسى لفترة ما عقب الصلاة • وفى الدعاء يقوم الانسان بمناجاة ربه ، ويثبث اليه ما يعاينه فى حياته من مشكلات تزعجه وتقلقه ، ويطلب من الخالق سبحانه أن يعينه على حل مشكلاته وقضاء حاجاته •• ان مجرد تعبير الانسان عن المشكلات التى تقلقه وهو فى هذه الحالة من الاسترخاء والهدوء النفسى يؤدي أيضا الى التخلص من القلق • وهو تكوين شرطى جديد بين هذه المشكلات وحالة الاسترخاء والهدوء النفسى ، فتفقد هذه المشكلات قدرتها على اثاره القلق تدريجيا ، وترتبط ارتباطا شرطيا بحالة الاسترخاء والهدوء النفسى ، وهى حالة معارضة للقلق •

وفضلا عن ذلك ، فان مجرد افضاء الانسان بمشكلاته وهبوطه والتعبير عنها الى شخص آخر يسبب له راحة نفسية • ومن المعروف بين المعالجين النفسيين أن تذكر المريض النفسى لمشكلاته وتحديثه عنها يؤدي الى تخفيف حدة قلقه • واذا كانت حالة الانسان النفسية تتحسن اذا أفضى الانسان بمشكلاته لصديق يرتاح اليه ، أو لمعالج نفسى ، فما بالك بمقدار التحسن الذى يمكن أن يطرأ على الانسان اذا أفضى بمشكلاته لله سبحانه وتعالى ، وقام عقب كل صلاة بمناجاة ربه ودعائه والاستعانة به وطلب العون منه •• أضف الى ذلك أن مجرد

الدعاء الى الله تعالى والتضرع اليه يؤدي الى تخفيف حدة القلق من ناحية أخرى ، وذلك لأن المؤمن يعلم أن الله سبحانه وتعالى قال في كتابه الكريم :

● ﴿ وقال ربكم ادعوني استجب لكم ﴾ . ( غافر : ٦٠ )

● ﴿ واذا سالك عبادي عنى فانى قريب ، اجيب دعوة الداع اذا دعان ﴾ . ( البقرة : ١٨٦ )

وبالإضافة الى كل ذلك ، فان لصلاة الجماعة أثرا علاجيا هاما . فتردد الفرد على المسجد لصلاة الجماعة يتيح له فرصة التعرف بحيراته وبكثير من الأفراد الآخرين ممن يسكنون نفس الحي الذى يسكنه ، مما يساعد على تفاعله مع الناس الآخرين ، وعلى تكوين علاقات اجتماعية سليمة . أن مثل هذه العلاقات الاجتماعية يساعد على نمو شخصية الفرد ، وعلى فضحه الانفعالى ، كما يشبع حاجته الى الانتماء الاجتماعى والتقبل الاجتماعى ، مما يؤدي الى الوقاية من القلق الذى يعاينه بعض الناس نتيجة لشعورهم بالوحدة والعزلة وعدم الانتماء الى الجماعة ، أو شعورهم بعدم تقبل الجماعة لهم . . . وتؤدي صلاة الجمعة - بصفة خاصة - دورا علاجيا هاما ، حيث يستمع فيها المصلون الى خطبة الجمعة التى يناقش فيها الامام عادة بعض المشكلات الاجتماعية التى يعاينها الناس ، ويقوم بشرح أسبابها وطرق علاجها . وقد يتناول بعض أنواع السلوك الشاذ والمنحرف ، ويشرح أسبابها ، ويبين وسائل التغلب عليها . وتقوم صلاة الجمعة بدور وقائى ودور علاجى . . . أما دورها الوقائى فيرجع الى أنها تمد الفرد ، اذا ما دأوم على صلاة الجمعة منذ صغره ، بمعلومات دينية ، وإرشادات عملية توجه سلوكه فى الحياة توجيها سليما ، وتزيد من قدرته على مواجهة مشكلاته والتغلب عليها . أما دورها العلاجى فيرجع الى التأثير الذى تحدثه خطب صلاة الجمعة فى زيادة استبصار الفرد لذاته وما يعاينه من مشكلات ، وفى تقوية ارادته فى مواجهة مشكلاته والتغلب عليها .

لن الدور الذي تقوم به صلاة الجماعة بعامة - وصلاة الجمعة بخاصة -  
فى تقويم شخصيات الأفراد وعلاجها انما يشبه الى حد ما الدور الذي  
يقوم به العلاج النفسى الجماعى .

وهذا علاوة على أن « الوضوء » استعدادا للصلاة ليس تطهيرا  
للمجسم فقط مما علق به من أوساخ وأدران ، وانما هو أيضا تطهير للنفس  
من أدرانها . فالوضوء ، اذ ما تم كما ينبغى ، يشعر المؤمن بالنظافة  
البدنية والنفسية معا ، ويشعره أنه تطهر من أدران أخطائه وذنوبه . إن  
هذه الشعور بالطهارة البدنية والنفسية يهيئ الانسان للاتصال  
الروحى بالله سبحانه وتعالى ، والدخول فى حالة الاسترخاء الجسمى  
والنفسى أثناء الصلاة . وفضلا عن هذا التأثير النفسى للوضوء ، فان  
له أيضا تأثيرا فسيولوجيا ، اذ تبين أن الاغتسال بالماء خمس مرات  
يومية على فترات انما يساعد على استرخاء العضلات ، وتخفيف حدة  
التوتر البدنى والنفسى .

ونستشهد فيما يلى ببعض آيات القرآن الكريم وأحاديث نبوية  
شريفة :

● ﴿ واقموا الصلاة وآتوا الزكاة ، وما تقدموا لانفسكم من  
خير تجدوه عند الله ، ان الله بما تعملون بصير ﴾ .  
( البقرة : ١١٠ )

● ﴿ وامر اهلك بالصلاة واصطبر عليها .. ﴾ . ( طه : ١٣٢ )

● ﴿ واقموا الصلاة وآتوا الزكاة واركعوا مع الراكعين ﴾ .  
( البقرة : ٤٣ )

● ﴿ يا ايها الذين آمنوا اذا نودى للصلاة من يوم الجمعة  
فاسمعوا الى ذكر الله وذروا البيع ، ذلكم خير لكم ان كنتم  
تعلمون ﴾ . ( الجمعة : ٩ )

● ﴿ قد افلح المؤمنون . الذين هم فى صلاتهم خاشعون ﴾ .  
( المؤمنون : ١ - ٢ )

● ﴿ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ، إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴾ .  
( البقرة : ١٥٣ )

● ﴿ اتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ ، إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ، وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ، وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴾ .  
( العنكبوت : ٤٥ )

ومن الحديث النبوى الشريف :

— عن ابن عمر رضى الله عنهما قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « بنى الاسلام على خمس : شهادة أن لا اله الا الله ، وأن محمدا رسول الله ، وإقام الصلاة ، وإيتاء الزكاة ، وصوم رمضان ، وحج البيت » .  
( متفق عليه )

— عن أبى مالك الأشعرى رضى الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « الطهور شرط الايمان » .  
( رواه مسلم )

— عن عثمان بن عفان رضى الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « من توضأ فأحسن الوضوء ، خرجت خطاياه من جسده حتى تخرج من تحت أظفاره » .  
( رواه مسلم )

— عن ابن عمر رضى الله عنهما أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « صلاة الجماعة أفضل من صلاة الفرد ( أى الواحد ) بسبع وعشرين درجة » .  
( متفق عليه )

— عن أبى هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « خير يوم طلعت عليه الشمس يوم الجمعة : فيه خلق آدم ، وفيه أدخل الجنة ، وفيه أخرج منها » .  
( رواه مسلم )

— « إذا قلت لصاحبك يوم الجمعة أنصت — والامام يخطب — فقد لغوت » .  
( رواه البخاره ومسلم )

## ٢ - الصيام :

للصيام فوائد نفسية كثيرة ، ففيه تربية وتهذيب للنفس وعلاج لكثير من أمراض الجسم والنفس . فالامساك عن الطعام والشراب من قبل الفجر الى غروب الشمس في جميع أيام شهر رمضان إنما هو تدريب للانسان على مقاومة شهواته والسيطرة عليها ، بما يؤدي الى بث روح التقوى في نفسه .

وفي الصيام أيضا تدريب للانسان على الصبر على الجوع والعطش وكبح جماح الشهوات . ويقوم الانسان بعد ذلك بتعميم خصلة الصبر التي تعلمها من صيامه على جميع نواحي حياته الأخرى . . . فيتعلم الصبر على تحمل مشاق السعي في طلب الرزق ، وآلام المرض ، ومتاعب الحياة . والصبر من الخصال الانسانية الحميدة التي أوصى الله تعالى الانسان بالتطلى بها ، فهي خير معين له على تحمل مشاق الكفاح في الحياة ، ومجاهدة النفس ومقاومة أهوائها .

ومن الفوائد النفسية للصيام أيضا أنه يشعر الغنى بالآلام الجوع ، فيبعت في نفسه عواطف الرحمة والشفقة على الفقراء والمساكين ، فيدفعه ذلك الى البر بهم والاحسان اليهم ، مما يدعم روح التعاون والتضامن والتكافل الاجتماعي في المجتمع . وفضلا عن ذلك ، فإن للصيام فوائد طبية وعلاجا من الأمراض البدنية . ومن المعروف أن لصحة الانسان البدنية تأثيرا على صحته النفسية ، فالعقل السليم في الجسم السليم .

ومن الآيات والأحاديث في مجال الصيام ما يأتي :

● ﴿ يا ايها الذين آمنوا كتب عليكم الصيام كما كتب على الذين من قبلكم لعلكم تتقون ﴾ .  
( البقرة : ١٨٣ )

● ﴿ شهر رمضان الذي انزل فيه القرآن هدى للناس وبينات من الهدى والفرقان ، فمن شهد منكم الشهر فليصمه ، ومن كان مريضا

او على سفر فعدة من ايام اخر ، يريد الله بكم اليسر ولا يريد بكم العسر  
ولتكملوا العدة ولتكبروا الله على ما هداكم ولعلكم تشكرون \*  
( البقرة : ١٨٥ )

ومن الأحاديث النبوية الشريفة :

— عن أبي هريرة ، أنه رسول الله صلى الله عليه وسلم قال :  
« اذا جاء رمضان ، فتحت أبواب الجنة ، وغلقت أبواب النار ، وصفدت  
الشياطين » \* ( متفق عليه )

— وعن أبي هريرة رضى الله عنه ، عن النبي صلى الله عليه وسلم ،  
قال : « من صام رمضان ايمانا واحتسابا ، غفر له ما تقدم من ذنبه » \*  
( متفق عليه )

— « ان الله عز وجل فرض صيام رمضان وسننت قيامه \* فمن  
صامه وقامه احتسابا خرج من الذنوب كيوم ولدته أمه » \*  
( رواه أحمد )

— « من أفطر يوما من رمضان من غير رخصة ولا مرض لم يقض  
عنه صوم الدهر كله وان صامه » \* ( رواه البخارى ومسلم )

### ٣ - الزكاة :

ان فريضة « الزكاة » التى تفرض على المسلم ، باخراج نصيب  
معلوم من ماله كل عام لاتفاقه على الفقراء ، هى تدريب للمسلم على  
العطف على المحتاجين من الناس ، ومد يد العون لهم ، ومساعدتهم على  
سد حاجاتهم \* انها تقوى فى المسلم الشعور بالمشاركة الوجدانية مع  
الفقراء والمساكين ، وتبث فيه الشعور بالمسئولية نحوهم ، وتدفعه الى  
العمل على اسعادهم والترفيه عنهم \* انها تعلم المسلم حب الآخرين ،  
وتخلصه من الأنانية وحب الذات والبخل والطمع \* وقد سبق أن أشرنا  
الى أن قدرة الفرد على حب الناس واسداء الخير لهم والعمل على



اسعادهم يقوى فيه الشعور بالانتماء الاجتماعى ويشعره بدوره الفعال المفيد فى المجتمع ، مما يجعله يشعر بالرضا عن نفسه ، وهو أمر له أهمية كبيرة فى صحة الانسان النفسية . وقد قال القرآن الكريم عن « الصدقة » — سواء أكافت زكاة مفروضة أو تطوعا — أنها تطهر النفس وتزكيها :

● ﴿ خذ من أموالهم صدقة تطهرهم وتزكيهم بها ۝ ۝ ﴾ .

( التوبة : ۱۰۳ )

فالزكاة تطهر النفس من دنس البخل والطمع والأثرة وحب الذات والقسوة . وهى تزكى النفس ، أى تسميها وترفعها بالخيرات والبركات العملية والخلقية ، حتى تكون بها أهلا للسعادة الدنيوية والأخروية . وروى أحمد عن أنس رضى الله عنه أن النبى صلى الله عليه وسلم قال لرجل من تميم سألته كيف ينفق ماله : « تخرج الزكاة من مالك فأنها طهرة تطهرك ، وتصل أقبائك ، وتعرف حق المسكين والجار والسائل » . ومن الآيات والأحاديث فى هذا المجال :

● ﴿ ان الذين آمنوا وعملوا الصالحات واقاموا الصلاة وآتوا

الزكاة لهم اجرهم عند ربهم ولا خوف عليهم ولا هم يحزنون ﴾ .

( البقرة : ۲۷۷ )

● ﴿ .. ورحمتى وسعت كل شيء ، فساكنتها للذين يتقون

ويؤتون الزكاة والذين هم بآياتنا يؤمنون ﴾ . ( الأعراف : ۱۵۶ )

● ﴿ .. وويل للمشركين . الذين لا يؤتون الزكاة وهم بالآخرة

( فصلت : ۶ - ۷ )

هم كافرون ﴾ .

● ﴿ قد أفلح المؤمنون . الذين هم فى صلاتهم خاشعون .

والذين هم عن اللغو معرضون . والذين هم للزكاة فاعلون ﴾ .

( المؤمنون : ۱ - ۴ )

● \* ٠٠ لن أقمت الصلاة وآتيت الزكاة وأمنت برسلي  
وعزرتهم وأقرضتم الله قرضا حسنا لا كفرن عنكم سيئاتكم ٠٠ \*  
( المائدة : ١٢ )

ومن الحديث النبوي الشريف :

— عن أبي أيوب رضى الله عنه ، أن رجلا قال للنبي صلى الله عليه وسلم : أخبرني بعمل يدخلني الجنة ، قال : « تعبد الله ولا تشرك به شيئا ، وتقيم الصلاة ، وتؤتي الزكاة ، وتصل الرحم » .  
( متفق عليه )

— « من استفاد مالا فلا زكاة عليه حتى يحول عليه الحول عند ربه » .  
( رواه أحمد والترمذي )

— « ما أدى زكاته فليس بكنز » .  
( رواه أحمد )

— عن أبي هريرة رضى الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال : « ما من يوم يصبح العباد فيه الا ملكان ينزلان ، فيقول أحدهما : اللهم أعط منفقا خلفا ، ويقول الآخر : اللهم أعط ممسكا تلفا » .  
( متفق عليه )

— « الصدقة تسد سبعين بابا من السوء » .

( رواه الطبراني )

— « حصنوا أموالكم بالزكاة ، وداووا مرضاكم بالصدقة ، وأعدوا للبلاء الدعاء » .  
( رواه الطبراني )

— « من أراد أن تستجاب دعوته وأن تكشف كربته فليفرج عن معسر » .  
( رواه أحمد )

— « استنزلوا الرزق بالصدقة » .  
( رواه البيهقي )

٤ - الحج :

وللحج أيضا فوائد نفسية عظيمة الشأن . فزيارة المسلم لبيت الله الحرام في مكة المكرمة ، ولمسجد رسول الله عليه الصلاة والسلام

فى المدينة المنورة ، ولما نازل الوحي ، تمد المسلم بطاقة روحية عظيمة  
تزيل عنه كرب الحياة وهمومها ، وتغمره بشعور عظيم من الأمن  
والطمأنينة والسعادة .

وفضلا عن ذلك ، فإن فى الحج تدريبا للانسان على تحمل المشاق  
والتعب ، وعلى التواضع حيث يخلع الانسان ملابسه الفاخرة ويرتدى  
ملابس الحج البسيطة التى يتساوى فيها جميع الناس ، الغنى والفقير ،  
والسيد والمسود ، والحاكم والمحكوم . وهو يقوى روابط الأخوة بين  
جميع المسلمين من مختلف الأجناس والأمم والطبقات الاجتماعية ، حيث  
يجتمعون جميعا فى مكان واحد يعبدون الله تعالى ويستهلون اليه  
ويتضرعون . ويهيئ هذا التجمع الهائل للمسلمين من مختلف الشعوب  
الاسلامية فرص التآلف والتعارف وتكوين العلاقات والصدقات  
بينهم .

وفى الحج أيضا تدريب للانسان على ضبط النفس والتحكم فى  
شهواتها واندفاعاتها ، اذ ينتزه الحاج وهو محرم عن مباشرة النساء ،  
وعن الجدل والخصام والشحناء والسباب ، وعن المعاصى وكل ما نهى  
الله تعالى عنه . وفى ذلك تدريب للانسان على ضبط النفس ، وعلى  
السلوك المذهب ، وعلى معاملة الناس بالحسنى ، وعلى فعل الخير .  
فالحج هو جهاد للنفس ، يجتهد فيه الانسان أن يهذب نفسه ، ويقاوم  
أهواءه ، ويدرب نفسه على تحمل المشاق ، وعلى فعل الخير وحب  
الناس .

ويعلم المسلم أن الحج المبرور يغفر الذنوب ، ويرجع المسلم من  
الحج كيوم ولدته أمه ، ولا شك أن معرفة المسلم أن الحج المبرور يغفر  
الذنوب يجعل الانسان يعود من حجه منشرح الصدر سعيدا ، يغمره  
الشعور بالأمن والطمأنينة وراحة البال . ويمده هذا الشعور الغامر  
بالسعادة والأمن بطاقة روحية هائلة تنسيه هموم الحياة ومتاعبها ، قال  
الله تعالى :

● ﴿ ان اول بيت وضع للناس للذي ببكة مباركا وهدى للعالمين .  
فيه آيات بينات مقام ابراهيم ، ومن دخله كان آمنا ، والله على الناس  
حج البيت من استطاع اليه سبيلا ، ومن كفر فان الله غنى عن  
العالمين ﴾ . ( آل عمران : ٩٦ - ٩٧ )

● ﴿ الحج اشهر معلومات ، فمن فرض فيهن الحج فلا رفث  
ولا فسوق ولا جدال في الحج ، وما تفعلوا من خير يعلمه الله ، وتزودوا  
فان خير الزاد التقوى ، واتقون يا اولى الالباب ﴾ .  
( البقرة : ١٩٧ )

● ﴿ وانن في الناس بالحج ياتوك رجالا وعلى كل ضامر ياتين من  
كل فج عميق . ليشهدوا منافع لهم ويذكروا اسم الله في ايام معلومات  
على ما رزقهم من بهيمة الاتعام ، فكلوا منها واطعموا البائس الفقير .  
ثم ليقتضوا تفهم وليوفوا نذورهم وليطوفوا بالبيت العتيق ﴾ .  
( الحج : ٢٧ - ٢٩ )

ومن الحديث النبوى الشريف :

— « من ملك زادا وراحلة تبلغه الى بيت الله الحرام فلم يحج  
فلا عليه أن يموت يهوديا أو نصرانيا . ذلك أن الله يقول :  
﴿ والله على الناس حج البيت من استطاع اليه سبيلا ﴾ (١) .  
( رواه الترمذى وأحمد )

— عن أبى هريرة رضى الله عنه قال : سمعت رسول الله صلى  
الله عليه وسلم يقول : « من حج ، فلم يرفث ، ولم يفسق ، رجع  
كيوم ولدته أمه » . ( متفق عليه )  
— وعنه أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « العمرة الى  
العمرة كفارة لما بينهما ، والحج المبرور ليس له جزاء الا الجنة » .  
( متفق عليه )

---

(١) آل عمران : ٩٧

عن عائشة رضي الله عنها أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال : « ما من يوم أكثر من أن يعتق الله فيه عبدا من النار من يوم عرفة » . (إرواه مسلم)

\*\*\*

#### رابعاً - الصبر :

يدعو القرآن المؤمنين الى التحلى بالصبر لما فيه من فائدة عظيمة في تربية النفس ، وتقوية الشخصية ، وزيادة قدرة الإنسان على تحمل المشاق ، وتجديد طاقته لمواجهة مشكلات الحياة وأعبائها ، ونكبات الدهر ومصائبه ، ولتعبئة قدراته لمواصلة الجهاد في سبيل اعلاء كلمة الله تعالى ..

● « واستعينوا بالصبر والصلاة ، وانها لكيرة الا على الخاشعين » . ( البقرة : ٤٥ )

● « يا ايها الذين آمنوا استعينوا بالصبر والصلاة ، ان الله مع الصابرين » . ( البقرة : ١٥٣ )

● « يا ايها الذين آمنوا اصبروا وصابروا ورابطوا واتقوا الله لعلكم تفلحون » . ( آل عمران : ٢٠٠ )

والمؤمن الصابر لا يجزع لما يلحق به من أذى ، ولا يضعف أو ينهار اذا ألمت به مصائب الدهر وكوارثه ، فلقد أوصاه الله تعالى بالصبر ، وعلمه أن ما يصيبه في الحياة الدنيا انما هو ابتلاء من الله تعالى ليعلم الصابرين منا ..

● « ولنبلونكم بشيء من الخوف والجوع ونقص من الاموال والانفس والشمرات ، وبشر الصابرين . الذين اذا اصابتهم مصيبة قالوا انا لله وانا اليه راجعون . اولئك عليهم صلوات من ربهم ورحمة ، واولئك هم المهتدون » . ( البقرة : ١٥٥ - ١٥٧ )

٢٨٩

( ١٩ - ونفس وما سواها )

● ﴿ ونبلونكم حتى تعلم المجاهدين منكم والصابرين ونبلوا  
أخباركم ﴾ . ( محمد : ٣١ )

● ﴿ لتبلون في أموالكم وأنفسكم ولتسمعن من الذين أوتوا  
الكتاب من قبلكم ومن الذين أشركوا اذى كثيرا ، وان تصبروا وتتقوا  
فإن ذلك من عزم الأمور ﴾ . ( آل عمران : ١٨٦ )

والصبر من صفات المؤمنين الحميدة التي أشاد بها القرآن في  
أكثر من موضع ..

● ﴿ والعصر . ان الانسان لفي خسر . الا الذين آمنوا وعملوا  
الصالحات وتواصوا بالحق وتواصوا بالصبر ﴾ . ( سورة العصر )

● ﴿ ليس البر ان تولوا وجوهكم قبل المشرق والمغرب ولكن البر  
من آمن بالله واليوم الآخر واللائكة والكتاب والنبيين وآتى المال على  
حبه ذوى القربى واليتامى والمساكين وابن السبيل والسائلين وفى  
الرقاب وأقام الصلاة وآتى الزكاة والموفون بعهدهم اذا عاهدوا ،  
والصابرين فى الباساء والضراء وحين الباس ، اولئك الذين صدقوا ،  
واولئك هم المتقون ﴾ . ( البقرة : ١٧٧ )

والصبر يعلم الانسان المثابرة وبذل الجهد لتحقيق أهدافه .  
والصبر والمثابرة مرتبطان بقوة الارادة .. فالشخص الصابر قوى  
الارادة ، لا تضعف عزيمته مهما لقي من مصاعب وعقبات . وقوة  
الارادة يتمكن الانسان من انجاز الأعمال العظيمة ، وتحقيق الأهداف  
الكبيرة ..

● ﴿ .. ان يكن منكم عشرون صابرون يغلبوا مائتين ، وان يكن  
منكم مائة يغلبوا ألفا من الذين كفروا بانهم قوم لا يفقهون ﴾ .  
( الانفال : ٦٥ )

واذا تعلم الانسان الصبر على تحمل مشاق الحياة ، ومصائب

الدهر ، والصبر على أذى الناس وعداوتهم ، والمثابرة على عبادة الله وطاعته ، وعلى مقاومة شهواته وانفعالاته ، والصبر والمثابرة على العمل والالتجاف . . فانه يصبح انسانا ذا شخصية ناضجة متزنة متكاملة منتجة فعالة ، ويصبح فى مأمن من القلق ومن الاضطرابات النفسية .

ومن الحديث النبوى الشريف :

— « الصبر نصف الايمان ، واليقين الايمان كله » .

( رواه الطبرانى والبيهقى )

— عن أبى يحيى صهيب بن سنان رضى الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « عجباً لأمر المؤمن إن أمره كله له خير ، وليس ذلك لأحد الا للمؤمن : إن أصابته سراء شكر فكان خيراً له ، وإن أصابته ضراء صبر فكان خيراً له » ( رواه مسلم )

— عن أنس رضى الله عنه قال : قال النبى صلى الله عليه وسلم : « ان عظم الجزاء مع عظم البلاء ، وإن الله تعالى إذا أحب قوماً ابتلاهم ، فمن رضى فله الرضا ، ومن سخط فله السخط » .

( رواه الترمذى )

— عن أبى هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : « ما يزال البلاء بالمؤمن والمؤمنة فى نفسه وولده وماله حتى يلقى الله تعالى وما عليه خطيئة » . ( رواه الترمذى )

— وقال عليه الصلاة والسلام : « الصبر ضياء » .

( رواه مسلم )

\*\*\*

خامسا - الذكر :

ان مواظبة المؤمن على ذكر الله تعالى بالتسبيح والتكبير والاستغفار والدعاء وتلاوة القرآن ، تؤدي الى تزكية نفسه وصفائها وشعورها بالأمن والطمأنينة . .

● ﴿ الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ، الا بذكر الله تطمئن القلوب ﴾ .  
( الرعد : ٢٨ )

● ﴿ فاصبر على ما يقولون وسبح بحمد ربك قبل طلوع الشمس وقبل غروبها ، ومن آتاء الليل فسبح واطراف النهار لعلك ترضى ﴾ .  
( طه : ١٣٠ )

• ويقول الرسول صلى الله عليه وسلم : « ذكر الله شفاء القلوب »  
( رواه الديلمي )

— وعنه صلى الله عليه وسلم أنه قال : « لا يجتمع قوم يذكرون الله تعالى الا حفتهم الملائكة ، وغشيتهم الرحمة ، وفزلت عليهم السكينة ، وذكرهم الله تعالى » .  
( رواه ابن ماجه )

وحينما يداوم المسلم على ذكر الله تعالى فانه يشعر بآته قريب من الخالق سبحانه ، وأنه فى حمايته ورعايته ، ويبعث ذلك فى نفسه الشعور بالثقة والأمن والطمأنينة والسعادة • قال تعالى :

● ﴿ فاذكرونى اذكركم ﴾ . ( البقرة : ١٥٢ )

وذكر الله ، اذ يبعث فى النفس الطمأنينة والأمن ، فهو بلا شك علاج للقلق الذى يشعر به الانسان حينما يجد نفسه ضعيفا عاجزا أمام ضغوط الحياة وأخطارها ، دون سند أو معين ••

● ﴿ ومن أعرض عن ذكرى فان له معيشة ضنكا ﴾ .  
( طه : ١٢٤ )

ان الذكر من أفضل العبادات ، قال تعالى :

● ﴿ .. ان الصلاة تنهى عن الفحشاء والمنكر ، ولذكر الله أكبر .. ﴾ .  
( العنكبوت : ٤٥ )

والواقع أن جميع العبادات ذكر أو تساعد على الذكر •• ففى



الصلاة يقوم المصلى بتكبير الله ، وتلاوة القرآن ، وتسبيح الله راکعاً وساجداً ، وحمد الله والثناء عليه ، والصلاة على النبي ، ثم يعقب الصلاة الاستغفار وتسبيح الله وحمده وتكبيره ، والدعاء له .. وكل ذلك ذكر . وفى الصوم طاعة لله تعالى ، وابتعاد عن المعاصي التي تخضبها ، وتعظيم له ، وشكر له على هدايته .. وكل هذا ذكر . وفى الحج يتفرغ المسلم للصلاة والابتغال والدعاء لله ، والقيام بمناسك الحج .. وكل ذلك ذكر . قال تعالى :

● ﴿ اِنِّى اَنَا اللّٰهُ لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنَا فَاعْبُدْنِىْ وَاَقِمِ الصَّلَاةَ

( طه : ١٤ )

لذكري .. ﴾

● ﴿ .. وَلَتَكْمَلُوا الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُوا اللّٰهَ عَلَىٰ مَا هَدٰكُم وَلَعَلَّكُمْ

( البقرة : ١٨٥ )

تشكرون ﴾

● ﴿ وَاذْنِ فِي النَّاسِ بِالْحَجِّ يَأْتُوكَ رِجَالًا وَعَلَىٰ كُلِّ ضَامِرٍ يَأْتِينَ

مِنْ كُلِّ فَجٍّ عَمِيقٍ . لِيَشْهَدُوا مَنَافِعَ لَهُمْ وَيَذْكُرُوا اسْمَ اللّٰهِ فِيْ اَيَّامٍ

مَعْلُوْمَاتٍ عَلَىٰ مَا رَزَقَهُمْ مِنْ بَهِيمَةِ الْاَنْعَامِ ﴾ . ( الحج : ٢٧ - ٢٨ )

\*\*\*

#### سادسا - التوبة :

إن الشعور بالذنب يسبب للانسان الشعور بالنقص والقلق ، مما يؤدي الى نشوء أعراض الأمراض النفسية . ويهتم العلاج النفسى - فى مثل هذه الحالات - بتغيير وجهة نظر الشخص المريض عن خبراته السابقة التى سببت له الشعور بالذنب ، فيراها فى ضوء جديد بحيث لا يرى فيها ما يبرر شعوره بالذنب والنقص ، فيخف تأنيبه لنفسه ، ويصبح أكثر تقبلا لذاته ، فيزول قلقه وأعراض مرضه النفسى .

ويمدنا القرآن بأسلوب فريد وناجع فى علاج الشعور بالذنب ، ألا وهو التوبة . فالتوبة الى الله سبحانه وتعالى تغفر الذنوب ، وتقوى فى الانسان الأمل فى رضوان الله ، فتخف حلة قلقه . والتوبة تدفع

الإنسان عادة الى اصلاح الذات وتقويمها حتى لا يقع المرء مرة أخرى في الأخطاء والمعاصي ، وهذا يساعد على زيادة تقدير الإنسان لذاته وازدياد ثقته بها ورضائه عنها ، وبالتالي بث الشعور بالأمن والطمأنينة في نفسه .

ان ايمان المسلم بأن الله جل شأنه يقبل التوبة ويغفر الذنوب ، انما يدفعه الى الاستغفار والتوبة ، والابتعاد عن ارتكاب المعاصي أملا في مغفرة الله ورضوانه . واذا ما تاب المسلم توبة نصوحا ، والتزم بطاعة الله وبالعمل الصالح ، ارتاح باله ، واطمأنت نفسه ، وزالت عنه الغمة والشعور بالذنب الذي يسبب له القلق واضطراب الشخصية وسوء التوافق . قال تعالى :

● ﴿ قل يا عبادي الذين اسرفوا على انفسهم لا تقنطوا من رحمة الله ، ان الله يغفر الذنوب جميعا ، انه هو الغفور الرحيم ﴾ .  
( الزمر : ٥٣ )

● ﴿ انما التوبة على الله للذين يعملون السوء بجهالة ثم يتوبون من قريب فاولئك يتوب الله عليهم ، وكان الله عليما حكيما ﴾ .  
( النساء : ١٧ )

● ﴿ ان الله لا يغفر ان يشرك به ويغفر ما دون ذلك لمن يشاء .. ﴾ .  
( النساء : ٤٨ )

● ﴿ ومن يعمل سوءا او يظلم نفسه ثم يستغفر الله يجد الله غفورا رحيما ﴾ .  
( النساء : ١١٠ )

● ﴿ فمن تاب من بعد ظلمه واصبح فان الله يتوب عليه ، ان الله غفور رحيم ﴾ .  
( المائدة : ٣٩ )

● ﴿ واذا جاءك الذين يؤمنون بآياتنا فقل سلام عليكم ، كتب عليكم على نفسه الرحمة ، انه من عمل منكم سوءا بجهالة ثم تاب من بعده واصبح فانه غفور رحيم ﴾ .  
( الأنعام : ٥٤ )

● « واني لغفار لمن تاب وآمن وعمل صالحا ثم اهتدى » .

( طه : ٨٢ )

وهكذا نجد أن أسلوب القرآن الكريم في علاج الشخصية المنحرفة أو القويمة هو العلاج الأمثل من حيث بث الايمان بالقييدة في النفوس ، وفرض العبادات المختلفة التي تساعد في التخلي عن العادات السيئة ، وحث المسلم على تعلم الصبر والمواظبة على ذكر الله ، والاستغفار والتوبة للتخلص من القلق الناشئ عن الشعور بالذنب .

\* \* \*

## مراجع الكتاب

### ● المراجع العربية :

- ١ - أبو حامد الغزالي : احياء علوم الدين - ٥ مجلدات ،  
القاهرة : المكتبة التجارية الكبرى ، د. ت.
- ٢ - أحمد عكاشة : التشريع الوظيفي للنفس - طبعة ثالثة ،  
القاهرة : دار المعارف ، ١٩٧٥
- ٣ - أحمد محمد فارس : النماذج الانسانية في القرآن الكريم .  
بيروت : دار الفكر ، د. ت.
- ٤ - ايريك فروم ( ترجمة محمود محمود ) : المجتمع السليم .  
القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٦٠
- ٥ - ايريك فروم ( ترجمة فؤاد كامل ) : الدين والتحليل النفسي  
القاهرة : مكتبة غريب ، ١٩٧٧
- ٦ - حامد عبد السلام زهران : الصحة النفسية والعلاج النفسي  
القاهرة : عالم الكتب ، ١٩٧٤
- ٧ - حامد عبد السلام زهران : التوجيه والارشاد النفسي .  
القاهرة : عالم الكتب ، ١٩٧٧
- ٨ - ريتشارد لازاروس ( ترجمة سيد غنيم ) : الشخصية .  
بيروت : دار الشروق ، ١٩٨١
- ٩ - سيد عبد الحميد مرسى : علم النفس والكفاية الانتاجية .  
القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١
- ١٠ - سيد عبد الحميد مرسى : النفس البشرية ( سلسلة دراسات  
نفسية اسلامية - ١ ) القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨٢

- ١١ - سيد عبد الحميد مرسى : النفس المظمنة ( سلسلة دراسات نفسية اسلامية - ٢ ) القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨٣
- ١٢ - سيد عبد الحميد مرسى : العلوم السلوكية في مجال الادارة والانتاج - طبعة ثانية ، القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨٤
- ١٣ - سيد عبد الحميد مرسى : الشخصية السوية ( سلسلة دراسات نفسية اسلامية - ٤ ) القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨٥
- ١٤ - سيد عبد الحميد مرسى : الدين العاملة . جدة : ادارة تدريب التسويق ، الخطوط الجوية العربية السعودية ، ١٩٨٥
- ١٥ - سيد قطب : في ظلال القرآن - ٦ أجزاء - بيروت : دار الشروق ، ١٩٧٩
- ١٦ - سيدنى جورارد ( ترجمة حسن الفقى وسيد خير الله ) الشخصية بين الصحة والمرض . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٧٣
- ١٧ - صبرى جرجس : مشكلة السلوك السيکوباتى . القاهرة : دار المعارف ، ١٩٥٧
- ١٨ - صلاح عبد القادر البكرى : القرآن وبناء الانسان . جدة : تهامة ، ١٩٨٢
- ١٩ - عباس محمود العقاد : الانسان فى القرآن . بيروت : دار الكتاب العربى ، ١٩٦٩
- ٢٠ - عبد الحميد محمد الهاشمى : لمحات نفسية فى القرآن الكريم . ( دعوة الحق - ١١ ) مكة المكرمة : رابطة العالم الاسلامى ، صفر ١٤٠٢ هـ
- ٢١ - عبد الكريم العشمان : الدراسات النفسية عند المسلمين والغزالي بوجه خاص . القاهرة : مكتبة وهبة ، ١٩٨١

- ٢٢ - عطية محمود هنا وآخرون : الشخصية والصحة النفسية .  
القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٨
- ٢٣ - عطية محمود هنا ، وسامى هنا : علم النفس الاكلينيكي  
الجزء الأول ، القاهرة : دار النهضة العربية ، ١٩٧٣
- ٢٤ - فرج أحمد فرج وآخرون ( ترجمة ) : نظريات الشخصية .  
القاهرة : الهيئة العامة للتأليف والنشر ، ١٩٧١
- ٢٥ - فرج عبد القادر طه : المجهل في علم النفس والشخصية  
والأمراض النفسية . القاهرة : الدار الفنية للنشر والتوزيع ، ١٩٨٨
- ٢٦ - لورنس شافر : « علم النفس المرضى » في ميادين علم النفس  
الجزء الأول - ( أشرف على تأليفه جليفورد وعلى ترجمته يوسف مراد ) ،  
القاهرة : دار المعارف ، ١٩٥٥
- ٢٧ - محمد بيسار : العقيدة والأخلاق وأثرهما في حياة الفرد  
والمجتمع - طبعة رابعة ، بيروت : دار الكتاب اللبناني ، ١٩٧٣
- ٢٨ - محمد عثمان نجاتي : القرآن وعلم النفس . بيروت ،  
دار الشروق ، ١٩٨٢
- ٢٩ - محمد عبد الحكيم : « التشخيص المقارن للحالات السيكوباتية »  
مجلة علم النفس ، مجلد ٤ ، عدد ٣ ، ١٩٤٩ ، ٣٣١ - ٣٣٨
- ٣٠ - محمد على البار : خلق الانسان بين الطب والقرآن .  
طبعة ثانية ، جدة : الدار السعودية للنشر ، ١٩٨١
- ٣١ - محمد على الصابوني : مختصر تفسير ابن كثير ( ٣ أجزاء )  
بيروت : دار القرآن الكريم ، ١٣٩٣ هـ .
- ٣٢ - محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسى .  
القاهرة : مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٥٩

- ٣٣ — محمد قطب : في النفس والمجتمع . القاهرة : دار الشروق  
١٩٨٠
- ٣٤ — محمود شلتوت : من توجهات الاسلام . القاهرة :  
دار الشروق ، ١٩٨٧
- ٣٥ — مصطفى زيور : « فصول في الطب السيکوسوماتى — ٢ »  
مجلة علم النفس . مجلد ٣ ، عدد ١ ، ١٩٤٧ ، ١١ — ١٢
- ٣٦ — مصطفى زيور : في التحليل النفسى . القاهرة : دار  
الجمهورية ، د. ت.
- ٣٧ — مصطفى فهمى : التكيف النفسى . القاهرة : مكتبة مصر ،  
١٩٦٧
- ٣٨ — مصطفى فهمى : علم النفس الاکينيکى . القاهرة : مكتبة  
مصر ، ١٩٦٧
- ٣٩ — يوسف مراد : دراسات في التكامل النفسى . القاهرة :  
مكتبة الخافجى ، ١٩٥٨
- ٤٠ — يوسف مراد : مبادئ علم النفس العام — طبعة ثالثة .  
القاهرة : دار المعارف ، ١٩٦٧

\* \* \*

#### ● المراجع الاجنبية :

- 1 — Allport, G.; *Personality: A Psychological Interpretation*.  
New York : Holt, 1937.
- 2 — Allport, G.; *Patterns and Growth of Personality* . New  
York : Holt, 1961.

3 — Benedict , R.; **Patterns of Culture**. New York : American Library , 1956.

4 — Carrol, H.; **Mental Hygiene : The Dynamics of Adjustment** ( 5th. ed . ) Englewood Cliffs, N. Y. : Prentice - Hall, 1969.

5 — Cattell, R.; **Personality:A Systematic, Theoretical , and Functional Study** . N. Y. : Mc Graw - Hill, 1950.

6 — Dollard, J., and Miller, N.; **Personality and Psychotherapy** . N. Y. : Mc Graw - Hill, 1950.

7 — Fromm, E.; **Man for Himself** : An inquiry into the **Psychology of Ethics** . N. Y. : Rinehart, 1947.

8 — Honigmann , G.; « Toward a Distinction between Psychiatric and Social Abnormality » **Social Forces**, 31, 1953, 274 - 277 .

9 — Jahoda, M.; **Current Concepts of Mental Health**. N.Y.: Basic Books , 1958.

10 — Labib, F.; **Principles of Public Health**. Cairo : Sheriff Bookshop, 1971.

11 — Lindgren, H.; **Psychology of Personal and Social Adjustment** ( 2nd ed. ) N. Y. : American Book, 1959.

12 — Linton, R.; **Culture and Mental Disorders**. Springfield, Ill. : Charles Thomas, 1956.

13 — Maslow, A ; **Motivation and Personality** . N . Y. : Harper, 1954.



- 14 — Maslow, A.; **Toward a Psychology of Being**. Princeton, N.J. : Van Nostrand 1962 .
- 15 — Masserman, J. : **Principles of Dynamic Psychiatry** . Philadelphia : Saunders, 1946.
- 16 — Mc Clelland , D.; **The Achievement Motive** . N. Y. : Appleton Century -Crofts , 1953.
- 17 — Patterson, C.; **Counseling and Psychotherapy : Theory and Practice**. N. Y. : Harper, 1959.
- 18 — Patterson, C.; **Theories of Counseling Psychotherapy**. ( 4th. ed. ).N. Y. : Harper and Row, 1986 .
- 19 — Redlich, F.; « The Concept of Mental Health in Psychiatry » , in Leighton, et. al.; **Exploration in Social Psychiatry**. N. Y. : Basic Books, 1957.
- 20 — Rogers, C.; **Counseling and Psychotherapy**. Boston, Mass. : Houghton - Mifflin, 1942.
- 21 — Rogers , C.; **Client - Centered Therapy : Its Current Practice , Implications , and Theory** . Boston ; Mass : Houghton - Mifflin, 1951.
- 22 — Shaffer , L., and Shoben, E. Jr . ; **The Psychology of Adjustment** ( 2nd. ed . ) . Boston, Mass ., Houghton-Mifflin, 1956
- 23 — Smith , M.; « Research Strategies toward conception of Positive Mental Health ». **Amer. Psychologist**, 14, 1959, p. 673
- 24 — Sullivan, H.; **The Interpersonal Theory of Personality**. N.Y. : Norton , 1953.

25 — Szaz, T .; « The Myth of Mental Health » . Amer. Psychologist, 15, 1960 , 113 — 118.

26 — Thorne, F.; Principles of Personality Counseling. J. Clinical Psychol., 1950.

27 — Wallen, R.; Clinical Psychology: The Study of Persons. N. Y. : McGraw - Hill, 1956.

28 — Wolman, B.; (ed.) ; Handbook of Clinical Psychology. N. Y. : McGraw-Hill, 1965.

\* \* \*

# محتويات الكتاب

الصفحة

المقدمة

٥ .. .. .

## الفصل الأول : مدخل الى النفس البشرية

( ١١ - ٧٢ )

١١	.. .. .	مقدمة
١٦	.. .. .	مقومات النفس البشرية
٣٥	.. .. .	الشخصية الانسانية
٤٠	.. .. .	الشخصية الانسانية في القرآن
٥٧	.. .. .	الانسان والمجتمع
٥٩	.. .. .	السلوك الانساني

## الفصل الثاني : النفس البشرية في سوانها وانحرافها

( ٧٣ - ١٤٨ )

٧٥	.. .. .	المفاهيم الاساسية للصحة النفسية
٩١	.. .. .	التوافق النفسي
٩٧	.. .. .	الشخصية بين السواء والانحراف
١٠٥	.. .. .	الصراع بين الدوافع
١٠٧	.. .. .	السيطرة على الدوافع
١١٦	.. .. .	انحراف الدوافع
١١٨	.. .. .	الانفعالات

## الفصل الثالث : مفهوم النفس السوية

( ١٤٩ - ٢٠٠ )

١٥١	.. .. .	النفس السوية . . والشخصية السوية
١٥١	.. .. .	مفهوم النفس السوية
١٥٢	.. .. .	مفهوم الشخصية السوية
١٦١	.. .. .	الشخصية السوية في القرآن
١٦٣	.. .. .	أنماط الشخصية في القرآن
١٧٣	.. .. .	ملامح الشخصية السوية
١٧٧	.. .. .	المميزات السلوكية للشخصية السوية
١٨٤	.. .. .	الشخصية المستقلة
١٨٨	.. .. .	التوازن في الشخصية

## الفصل الرابع : مفهوم النفس المنحرفة ( ٢٠١ - ٢٢٨ )

الصفحة

٢٠٣	..	..	..	..	..	مستوى الصحة النفسية للفرد
٢٠٤	..	..	..	..	..	مظاهر الاضطرابات والأمراض النفسية
٢٠٨	..	..	..	..	..	تصنيف عام للاضطرابات والأمراض النفسية
٢٢٤	..	..	..	..	..	أساليب التوافق غير السوى
٢٣٠	..	..	..	..	..	مظاهر سوء التوافق فى القرآن

## الفصل الخامس : خاتمة ( ٢٢٩ - ٢٩٥ )

٢٤١	مقدمة : التوجيه والارشاد والعلاج النفسى لتحقيق التوافق
٢٤٢	.. .. . الحاجة الى الخدمات النفسية
٢٤٥	.. .. . مفهوم التوجيه والارشاد النفسى
٢٥٠	.. .. . الأسس والمبادئ التى يقوم عليها التوجيه والارشاد النفسى
٢٥٤	.. .. . العلاج النفسى
٢٥٨	.. .. . تصنيف حديث لنظريات الارشاد والعلاج النفسى
٢٧٠	.. .. . العلاج النفسى فى القرآن
٢٩٦	.. .. . مراجع الكتاب
٣٠٣	.. .. . محتويات الكتاب

---

رقم الايداع بدار الكتب ٩٢/٢٧١٧  
الترقيم الدولى ٧ - ٠١٨ - ٢٢٥ - ٩٧٧

---

دار الفکر للطباعة والنشر  
طبع ٩٢٥٢٠٤  
الطبعة ٢٠٢٠ م - ١٤٤٢ هـ - ١٤٤٣ هـ